ନାରୀ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ

ପ୍ରଫେସର ଡ. ଫକୀରମୋହନ ସାହୁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆକର୍ଷଣ

- ନାରୀ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଥମ ଓଡ଼ିଆ ପୁସ୍ତକ
- ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ତଥ୍ୟ ଉପରେ ଆଧାରିତ ସରଳ ବର୍ଣ୍ଣନା
- କେତେକ ବ୍ୟବହାରକୁ ମାପିବାପାଇଁ ସହଜ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ
- ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପାଇଁ ସୂତ୍ରଭଣ୍ଡାର

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

କଟକ - ୨

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱ

ଲେଖକ :
ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ପ୍ରକାଶକ :
ଅଗ୍ରଦୂତ,
ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୭୫୩୦୦୨

ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣ : ୨୦୦୫
ପରିବର୍ଦ୍ଧିତ ଦ୍ୱିତୀୟ ସଂସ୍କରଣ : ୨୦୧୩

ପ୍ରଚ୍ଛଦ ଓ କଂପ୍ୟୁଟର ସହାୟତା :
ଏମ୍. ପ୍ରିଣ୍ଟର୍ସ, କଟକ -୨

ମୁଦ୍ରଣ : ରୟାଲ ହାଫଟୋନ୍, କଟକ

ମୂଲ୍ୟ : ଟ. ୧୫୦/-

Nari Manastattwa

Written by :
Dr. Fakir Mohan Sahoo

Published by :
Agraduta,
Banka Bazar, Cuttack-753002

First Edition : 2005
Enlarged Second Edition : **2013**

Printed by :
Royal Half-tone, Nimchouri, Ctc.

Price : **₹ 150/-**

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆମ ପରିବାର – ଗବେଷଣାଗାରରେ ମୋର ସବୁଠାରୁ ନିକଟତମ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମୋର କନ୍ୟା ଭୂମିକା ମାନସଙ୍କା (ପଲ୍ଲୀ) ହାତରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆରମ୍ଭରୁ ଦୁଇପଦ

ନାରୀ ବହୁ ଭୂମିକାର ଅଧିକାରୀ । ଏପରି ଭୂମିକା-ବହୁଳତା ସହିତ ସମସ୍ୟା ଓ ସମ୍ବଳ, ଦୁର୍ଯୋଗ ଓ ସୁଯୋଗ ଏବଂ ସଂକୋଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣ ଗଭୀର ଭାବେ ଜଡ଼ିତ । ପରିବର୍ତ୍ତନଶୀଳ ଜଗତରେ ଶାନ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ଯାପନ୍ କରିବାକୁ ହେଲେ ମନର ସ୍ୱରୂପ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମନର ଯେଉଁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଓ ପ୍ରସାରିତ ମାନଚିତ୍ର ଅଙ୍କନ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ସହିତ ବେଶ୍ ସଂଖ୍ୟକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅପରିଚିତ । ପୁଣି ନାରୀର ମାନଦଣ୍ଡ ସମ୍ପର୍କରେ ଓଡ଼ିଆ ଭାଷାରେ ଏ ଯାବତ୍ ତଥ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ରଚନା ପ୍ରକାଶ ଲାଭ କରିନାହିଁ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି । ପୁସ୍ତକଟି କେବଳ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ, ତାହା ନୁହେଁ । ପାରସ୍ପରିକ ବୁଝାମଣା ଓ ପ୍ରୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ ପାଇଁ ଏହି ପୁସ୍ତକଟି ସମସ୍ତଙ୍କର ପଠନସାମଗ୍ରୀ । ଏହାର ପକ୍ଷ-ଜନିତ ଅନୁଭବ ଜୀବନର ଶ୍ରୀବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହେଲେ ପରିଶ୍ରମର ସାର୍ଥକତା ଲାଭ କରିବି ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ସଂସ୍କରଣ ସଂପର୍କରେ

ନାରୀ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱର ପ୍ରଥମ ସଂସ୍କରଣ ପୁସ୍ତକଗୁଡ଼ିକ ସରିଯିବା ପରେ ଏହାର ପୁନଃମୁଦ୍ରଣ ଲାଗି ବହୁ ବନ୍ଧୁ ଓ ଶୁଭେଚ୍ଛୁ ଅନୁରୋଧ ଜଣାଇଥିଲେ । ଜ୍ଞାନରାଜ୍ୟରେ ଘଟୁଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ପରିବର୍ଦ୍ଧନକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ରଖି ଏହାର କଳେବରରେ କେତେକ ସଂଯୋଜନାର ଆବଶ୍ୟକତା ଅନୁଭବ କଲି । ବିଶେଷତଃ ପାରିବାରିକ ଜୀବନର ଶ୍ରୀବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ "ପରିବାର ଓ ପ୍ରିୟଜନ" ଶୀର୍ଷକ ଚତୁର୍ଥ ଭାଗର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ଉପଲବ୍ଧି କଲି ।

ଆଶା ଓ ବିଶ୍ୱାସ ଯେ ବିବର୍ତ୍ତିତ ସମୟର ପୃଷ୍ଠଭୂମିରେ ଗବେଷଣା-ପ୍ରଦତ୍ତ ଏହି ଯବକାଚଟି (ଲେନ୍ସ) ନାରୀଜାତିର ମାନବୀୟତା ତଥା ମହନୀୟତାକୁ ଅବଲୋକନ କରିବାରେ ସହାୟକ ହେବ ।

ଫକୀରମୋହନ ସାହୁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୂଚୀ

୧. ପୁରୁଷର ମସ୍ତିଷ ନାରୀ ମସ୍ତିଷଠାରୁ ଭିନ୍ନ କି ? ୯
୨. ହରମୋନ୍ ଓ ବ୍ୟବହାର ୧୨
୩. ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ୧୫
୪. ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ୧୯
୫. ନୈତିକ ବିଚାରବୋଧର ବିକାଶ ୨୨
୬. ବାଳକ ଓ ବାଳିକା ସମ୍ପର୍କରେ ପିଲାମାନେ ଧାରଣା କରନ୍ତି କିପରି ? ୨୬
୭. ନାରୀ-ପୁରୁଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସୃଷ୍ଟିର ସାମାଜିକ ସାଂସ୍କୃତିକ ଦିଗ ୩୦
୮. ନାରୀ ଭୂମିକାର ଅତୀତ ୩୩
୯. ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସ୍ତର ୩୬
୧୦. ଶାରୀରିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ କାହିଁକି ? ୩୯
୧୧. ମାନଚିତ୍ର ଦେଖି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବାର ଦକ୍ଷତା ୪୨
୧୨. ନାରୀର ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା ୪୫
୧୩. ନାରୀର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ୪୮
୧୪. ସଫଳତା ବିଫଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ୫୨

୧୫. ନାରୀର ଶରୀରଚେତନା ୫୪
୧୬. ନାରୀର ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ ୫୯
୧୭. ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ରାଗର ପ୍ରକାଶ ଓ ଅବଦମନ ୬୨
୧୮. ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ କାହିଁକି ? ୬୬
୧୯. ବୈବାହିକ ସମ୍ବନ୍ଧ ଓ ବିଷାଦ ୭୩
୨୦. ବୈବାହିକ ସମ୍ପର୍କ ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ୟା ବିଜଡ଼ିତ ୭୬
୨୧. ନାରୀର ଆତ୍ମ-ନିରବତା ୮୦

Digitized by srujanika@gmail.com

୨୨. ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତି ଏବଂ ନାରୀ ଜୀବନର ବିଷାଦ ୮୩
୨୩. ଅନ୍ୟର ହସକାନ୍ଦ ଦେଖି ସ୍ୱତଃ ହସିବା କାନ୍ଦିବାର ଭାବ-ସଂକ୍ରମଣ ୮୫
୨୪. ପୃଥୁଳତା (ମେଦବୃଦ୍ଧି) ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ୮୭
୨୫. ନାରୀ ଯେତେବେଳେ ଭୟାନକଭାବେ ଅସୁସ୍ଥ ୯୦
୨୬. କହିବେ କି ନାହିଁ ? ୯୪
୨୭. ଭୂମିକାର ମୂଲ୍ୟାୟନରେ ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ ୯୬
୨୮. ନାରୀମାନଙ୍କର ମାନସିକ ଚାପ ୯୮

[illegible]

୨୯. ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ଓ ନାରୀର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ୧୦୧
୩୦. କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଅବହେଳିତ ଶିଶୁର ଜନନୀ କି ? ୧୦୩
୩୧. ମାତୃତ୍ୱର ବନ୍ଧନ ଓ ବିଶାଳତା ୧୦୭
୩୨. ସମ୍ପର୍କର ସମ୍ବଳ ୧୧୦
୩୩. ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାର ଅନ୍ୟ କେତୋଟି ଦିଗ ୧୧୩
୩୪. ପ୍ରସାଧନ କେତେଦୂର ସହାୟକ ? ୧୨୦
୩୫. ନାରୀମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧଭାବ କମ୍ କାହିଁକି ? ୧୨୩
୩୬. ନାରୀତ୍ୱ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ୧୨୭
୩୭. ସୃଜନଶୀଳତା, ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଓ ବିଚାରଶୈଳୀ ୧୩୧
୩୮. ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବେ କି ପ୍ରଭାବିତ ହେବେ ? ୧୩୫
୩୯. ଅନ୍ୟ-ମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତି ୧୩୮
୪୦. ନାରୀର ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ୧୪୦
୪୧. ସାମାଜିକ ସଙ୍ଗଠନରେ ନାରୀ ୧୪୩
୪୨. ଦଳରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ୧୪୫
୪୩. ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ୧୪୭
୪୪. ବିଜ୍ଞାନ-ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିରେ ନାରୀ ୧୫୦
୪୫. କର୍ମସଂସ୍ଥାର ପରିଚାଳନା ଭୂମିକାରେ ନାରୀ ୧୫୩
୪୬. ନାରୀର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀ ୧୬୫
୪୭. ସଫଳ ଜନନୀ ସମ୍ପର୍କରେ ୧୬୯
୪୮. ପରିବାରର ଜୀବନ-ଚକ୍ର ୧୭୭
୪୯. ନାରୀର ଅଭିଳାଷ ୧୮୩

Digitized by srujanika@gmail.com

୫୦. ନାରୀର ସୁଖାନୁଭୂତି ୧୮୮
୫୧. ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ଓ ସଫଳତା ୧୯୧
[redacted]
୫୨. କର୍ମଜୀବୀ ଏବଂ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ସଂଗତି, ଅସଂଗତି ୧୯୫
୫୩. ସଂପ୍ରୀତିର ସୂଚକ ୨୦୪
୫୪. ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଶୈଳୀ ୨୦୯
୫୫. ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ ୨୧୪
୫୬. ସଂପର୍କ-ସହାୟକ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ·ଭଙ୍ଗୀ ୨୧୭
୫୭. ଦାମ୍ପତ୍ୟ ପ୍ରେମ : ଅନୁରାଗ ଓ ଅନୁଶାସନ ୨୨୩
୫୮. ଶ୍ରଦ୍ଧା-ଜ୍ଞାପନର ପାରିବାରିକ ସଂସ୍କୃତି ୨୨୬

Digitized by srujanika@gmail.com

ପୁରୁଷର ମସ୍ତିଷ୍କ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନ କି ?

ନାରୀମୁକ୍ତି ଆନ୍ଦୋଳନର ତୀବ୍ର ରୂପରେଖ ଏବଂ ପୁରୁଷ ସହିତ ନାରୀକୁ ସମାନ ସୁଯୋଗ ସୁବିଧା ଦେବାରେ ଯଥାର୍ଥତା ଧୀରେ ଧୀରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଲାଭ କରୁଥିଲେ ମଧ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଯେ କେତେକ ବ୍ୟବହାରଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି, ଏହା ଅସ୍ୱୀକାର କରି ହେବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ଅନେକ ବୋଧହୁଏ ଜାଣନ୍ତି ନାହିଁ ଯେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ବହୁ ବ୍ୟବହାରଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟର ଉତ୍ପତ୍ତିସ୍ଥଳ ହେଉଛି ମସ୍ତିଷ୍କର ଭିନ୍ନତା । କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସମାଜ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବେଷ୍ଟନୀ ଦ୍ୱାରା ସୃଷ୍ଟ ହେଲେ ମଧ ଆଉ କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟର ଭିତ୍ତିଭୂମି ଜୈବିକ ଓ ସ୍ନାୟୁଗତ । ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କ ଏକାପରି ହେଲେ ସୁଦ୍ଧା ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ କିଛିଟା ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି ।

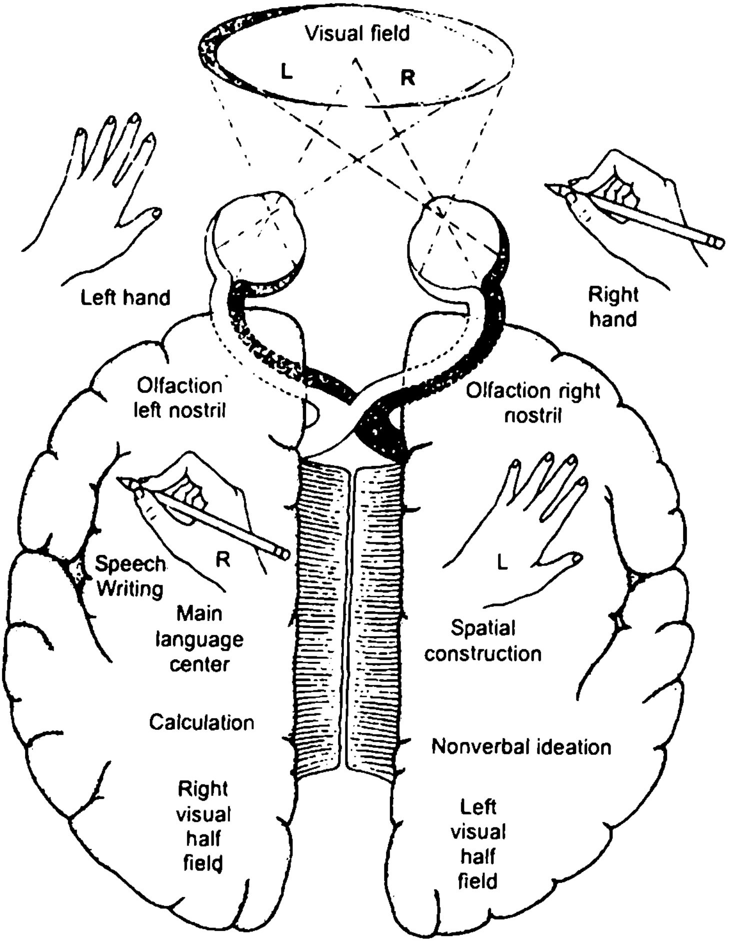
ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ମସ୍ତିଷ୍କର ଆକାର ଗଠନ ଓ ସଂବେଦନ କ୍ଷମତାରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ନାରୀର ଶରୀର ପୁରୁଷ ଶରୀର ତୁଳନାରେ ପ୍ରାୟ ୧୫ ପ୍ରତିଶତ କମ୍ ଓଜନର ହେଲାପରି ମସ୍ତିଷ୍କର ଓଜନ ମଧ୍ୟ ସେହି ଅନୁପାତରେ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ସ୍ନାୟୁତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ ମନୁଷ୍ୟ ମସ୍ତିଷ୍କର ବାମ ଅର୍ଦ୍ଧ ଓ ଦକ୍ଷିଣ ଅର୍ଦ୍ଧର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ବାମ ଅର୍ଦ୍ଧ (Left hemisphere) ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମୁଖ୍ୟତଃ ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତତାପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଚାର ବିଶ୍ଳେଷଣ କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଦକ୍ଷିଣ ଅର୍ଦ୍ଧଟି ଆବେଗ (Emotion) ଏବଂ ସଂଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ ଚିନ୍ତାର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳୀ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ବାମଭାଗ ଆଦୌ ଆବେଗଜନିତ କ୍ରିୟା ଦର୍ଶାଏ ନାହିଁ କି ଦକ୍ଷିଣ ଭାଗ ଆଦୌ ବିଶ୍ଳେଷଣଧର୍ମୀ ବିଚାର ଦର୍ଶାଏ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ସ୍ଥୂଳତଃ ଏପରି ଏକ କାର୍ଯ୍ୟର ବିଭାଗ ବଣ୍ଟନ ହୋଇଥାଏ । ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ସ୍ୱୀକୃତ ହୋଇ ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନୁମାନ କରାଯାଏ ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ଦୁଇ ଭାଗରେ ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସକ୍ରିୟ ଥିବା ସ୍ନାୟୁମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟସ୍ଥଳରେ ଯେଉଁ ଅଂଶ (Corpus Cullosum) ଗତି କରିଛି ତାହା ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସେହି ଅଂଶ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ବହଳ । ଫଳରେ ନାରୀମାନେ ମସ୍ତିଷ୍କର ଦୁଇ ଅର୍ଦ୍ଧ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ସଂଯୋଗ ରକ୍ଷା କରିପାରନ୍ତି । କୌଣସି କାମରେ ମନୋନିବେଶ କଲେ ମସ୍ତିଷ୍କର ଉଭୟ ଭାଗରେ ଥିବା ଅଂଶ ବିଶେଷ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ସକ୍ରିୟ ହୁଅନ୍ତି । ସକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁ ସବୁର ପରିସର ଅଧିକ ହୁଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷମାନେ ମନୋନିବେଶ

Digitized by srujanika@gmail.com

କଲେ ସକ୍ରିୟ ସ୍ନାୟୁସବୁ ଅଧିକ ବ୍ୟାପକ ନହୋଇ ବେଶି ଗଭୀର ହୁଏ । ପୁରୁଷମାନେ ମନଦେଇ କାର୍ଯ୍ୟ କଲାବେଳେ କେବଳ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବରେ କେତେକ ସ୍ନାୟୁକେନ୍ଦ୍ର ସକ୍ରିୟ ହୁଏ ।

ଉପରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ କାରଣ ଯୋଗୁ ନାରୀମାନେ କୌଣସି ବିଷୟ ବିଚାର କରୁଥିବା ବେଳେ ସେମାନଙ୍କର ବାମ ଅର୍ଦ୍ଧଟି ସକ୍ରିୟ ଥିବା ସହିତ ଦକ୍ଷିଣ ଭାଗଟି ମଧ୍ୟ ସଂଯୁକ୍ତ ହୋଇଯାଉଥିବାରୁ କାର୍ଯ୍ୟ କାରଣ ସହିତ ଆବେଗର ଯୋଗାଯୋଗ ଘଟେ ।

ଆବେଗଜଡ଼ିତ ଘଟଣାସବୁକୁ ମନେ ପକାଇବାର ସୁଯୋଗ ଦେଇ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଫଟୋଚିତ୍ର ମଧ୍ୟରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରାଯାଇ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସେମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାଏ । ସମାନ



Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରକାର ଦୁଃଖଦ ଘଟଣା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷ ମସ୍ତିଷ୍କର ଯେତିକି ଅଂଶ ସକ୍ରିୟ ହୁଏ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କର ପ୍ରାୟ ଆଠଗୁଣ ସକ୍ରିୟ ହୁଏ । ଏହାର ଅନ୍ୟ ଏକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷ ତୁଳନାରେ ବିଷାଦ ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି । ମାନସିକ ଅବସାଦ (Depression)ର ମାତ୍ରା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ଯେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଦୁଇଗୁଣ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ।

ମସ୍ତିଷ୍କର ଦୁଇ ଅର୍ଦ୍ଧ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ସଂଯୋଗ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଭାଷାଗତ ସୁବିଧା ଦେଇଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଅଳ୍ପ ବୟସରେ ବାଳକ ଅପେକ୍ଷା ବାଳିକାମାନେ ଅଧିକ ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ଦର୍ଶାଇଥାନ୍ତି । ଏପରି ଘଟିବାର କାରଣ ହେଉଛି ବାଳକମାନେ ପଢ଼ିଲାବେଳେ ଭାଷାର ମୁଖ୍ୟ କେନ୍ଦ୍ର କେବଳ ବାମ ଅର୍ଦ୍ଧର ବିଶେଷ ଉପଯୋଗ କରିବା ସ୍ଥଳେ ବାଳିକାମାନେ ଉଭୟ ଅର୍ଦ୍ଧର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ବୟସ ବଢ଼ିବା ସହିତ ଭାଷାଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା କମିବାକୁ ଲାଗେ । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ ସାଧାରଣ ଭାବରେ କଥୋପକଥନ ଦକ୍ଷତା ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ ।

ମସ୍ତିଷ୍କର ଉପଯୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ଥାନ ବା ଦିଗ ସଂପର୍କୀୟ ଜ୍ଞାନ ଓ ଧାରଣା ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଧିକ । କୌଣସି ବସ୍ତୁର ଅବସ୍ଥିତି ସଂପର୍କରେ ମନେ ରଖିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ କଲାବେଳେ ନାରୀମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଏହାର ନିକଟସ୍ଥ ଓ ଦୃଷ୍ଟ ଆକର୍ଷଣକାରୀ ବସ୍ତୁର (ଯଥା ଦୋକାନ, ମନ୍ଦିର ଇତ୍ୟାଦି) ଅବସ୍ଥିତି ମନେ ରଖିବାକୁ ଉଦ୍ୟମ କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ପୁରୁଷମାନେ ଏହା କେତେ ଦୂର ବା ଏଠାକୁ ଯିବାକୁ କେତେ ସମୟ ଲାଗିବ, ଏପରି ସବୁ ସୂତ୍ର ମନେ ରଖିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଛି ଯେ ଦିଗ ଓ ଅବସ୍ଥିତି ସଂପର୍କୀୟ ଜ୍ଞାନ-କୌଶଳ ପାଇଁ ପୁରୁଷ ମସ୍ତିଷ୍କ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ।

ପରିଶେଷରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ପୁରୁଷର ମସ୍ତିଷ୍କ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କ ତୁଳନାରେ ଶୀଘ୍ର ସଂକୁଚିତ ବା ଜରାଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ନାରୀମାନେ ଜରାକାଳୀନ ରୋଗ ବା ଅସୁବିଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । କେତେକ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟଜନିତ ରୋଗ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀଠାରେ ବେଶି ଦେଖାଯାଏ । ତଥାପି ସ୍ମରଣ ଶକ୍ତିର ହ୍ରାସ, କୌଣସି ବସ୍ତୁପ୍ରତି ଅଭିନିବିଷ୍ଟ ହେବାରେ ବିଫଳତା ଚିଡ଼ଚିଡ଼ା ଭାବ ଇତ୍ୟାଦି ଲକ୍ଷଣ ପୁରୁଷଠାରେ ଶୀଘ୍ର ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷର ମସ୍ତିଷ୍କ ଏକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟଧାରାର ଭିନ୍ନତା କେତେକ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ହରମୋନ୍ ଓ ବ୍ୟବହାର

ପୁରୁଷ ନାରୀ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସମୃଦ୍ଧ କି ନାରୀ ପୁରୁଷ ଅପେକ୍ଷା ବେଶୀ ସମ୍ବଳର ଅଧିକାରୀ, ସେ ବିଷୟରେ ବାଦାନୁବାଦ ଥାଇପାରେ । ମାତ୍ର କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି, ତାହା ଅବଶ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର୍ଯ୍ୟ । ବିଶେଷତଃ ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବେଶ୍ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ଅବଶ୍ୟ କେତେ (Sensitive) ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟର କାରଣ ରହସ୍ୟାବୃତ । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ନିଜର ତାଲିମ ଓ ଗବେଷଣା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ମତ ଦିଅନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଶ୍ରେଣୀର ମତାମତ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ଉପାଦାନସବୁକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଉଥିବାସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ ଶ୍ରେଣୀର ମତାମତ ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଉପାଦାନକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଥାଏ ।

ଜୀବତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷର ବ୍ୟବହାର ମଧ୍ୟରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ମୁଖ୍ୟତଃ ହରମୋନ କିମ୍ବା ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ସ୍ତରରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଶ୍ଳେଷଣ କରାଯାଇଛି । ହରମୋନର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସୂଚନା ଦିଆଯିବା ପୂର୍ବରୁ ମାତୃଗର୍ଭରେ ପୁରୁଷଭ୍ରୂଣ ଯେଉଁ କେତୋଟି ଅଘଟଣର ଶରବ୍ୟ ହୁଏ, ତାହାର ଆଭାସ ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ବାଳିକା ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ବାଳକ ଶିଶୁ ମାତୃଗର୍ଭରେ ସଞ୍ଚରିତ ହେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ବାଳକ ମୃତ୍ୟୁବରଣ କରନ୍ତି । ବାଳିକାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ବାଳକ ଶିଶୁମାନେ ଜନ୍ମଗତ ସମସ୍ୟା ବା ଦୋଷତ୍ରୁଟି ନେଇ ଜନ୍ମ ହୁଅନ୍ତି । ଜନ୍ମହେବାର ସମୟ ବାଳିକାଙ୍କ ତୁଳନାରେ ବାଳକମାନଙ୍କର ହାରାହାରି ଘଣ୍ଟାଏ ସମୟ ଅଧିକ ଲାଗେ । ପୁଣି ସନ୍ତାନଟିଏ ବାଳକ ହୋଇଥିଲେ ମା'କୁ ଅଧିକ ପ୍ରସବବେଦନା ସ୍ୱୀକାର କରିବାକୁ ହୁଏ । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ମା'ର ଜରାୟୁ ସମଧର୍ମୀ ବାଳିକାଟି ପାଇଁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହନଶୀଳ ହେବାସ୍ଥଳେ ବାଳକ ପାଇଁ କମ୍ ସହନଶୀଳ ହୋଇଥାଏ । ସୁତରାଂ ବାଳକ-ଭ୍ରୂଣ ଓ ଗର୍ଭ-ପରିବେଶର ଅସଂଗତି କିଛିଟା ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ପରେ ପରେ ଯେଉଁସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ଅଙ୍କୁରଣ ହୋଇ ବିକାଶ ଘଟିଥାଏ ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜୀବବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ହରମୋନ୍‌ର ଭୂମିକାକୁ ଏକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ଥାନ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦେଇଛନ୍ତି । ଶିଶୁର ଲିଙ୍ଗସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହରମୋନ (Sex Hormones) ଦୁଇଟି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବ୍ୟବହାରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ବୋଲି ପରିକଳ୍ପନା କରାଯାଇଛି । ପୂର୍ବେ ହରମୋନର ସିଧାସଳଖ ମାପ କଷ୍ଟକର ଥିଲା । ଏବେ ଅତ୍ୟାଧୁନିକ ଯନ୍ତ୍ରପାତି ସାହାଯ୍ୟରେ ତାହା ମାପ କରିବା ସମ୍ଭବ ହେଉଛି । ବିଶେଷତଃ ଲାଳର ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା କରି ଏହାର ମାପ ସମ୍ଭବ ହେଉଛି । ସନ୍ତାନ ଜନ୍ମହେବା ସମୟରେ ମା' ଓ ଶିଶୁକୁ ସଂଯୁକ୍ତ କରୁଥିବା ଅନ୍ତଃନଳୀରେ ଲାଗିରହିଥିବା ରକ୍ତ ଓ ତରଳ ପଦାର୍ଥର ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷାରୁ ମଧ୍ୟ ଏପରି ମାପକରଣ ସମ୍ଭବପର ।

ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଲିଙ୍ଗ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହରମୋନ୍ ପ୍ରଥମେ ଭ୍ରୂଣ ମସ୍ତିଷ୍କଟିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଏହାର ପ୍ରଭାବରେ ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ବାଳକର ଭ୍ରୂଣ-ମସ୍ତିଷ୍କ କେତୋଟି ଦିଗ ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦୀ (Sensitive) ହେବା ସ୍ଥଳେ ବାଳିକାର ଭ୍ରୂଣ-ମସ୍ତିଷ୍କ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଦିଗ ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦୀ ହୁଏ । ମସ୍ତିଷ୍କ ସ୍ତରରେ ଘଟିଥିବା ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନେଇ ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର ସେମାନେ ଜନ୍ମ ହୋଇ ବଡ଼ ହେବା ପରେ କୈଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନଙ୍କର ମସ୍ତିଷ୍କଗତ ବ୍ୟବହାର ସେମାନଙ୍କୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦିଗରେ ପରିଚାଳିତ କରେ । ମାତୃଗର୍ଭରେ ଯେଉଁ ହରମୋନ-ସୃଷ୍ଟ-ପ୍ରବଣତା ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ଭାବରେ ରହିଥିଲା, ତାହା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନିଏ ।

ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ ଏକ ଲିଙ୍ଗ-ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହରମୋନ । ଗୋଟିଏ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଗଲା ଯେ ସନ୍ତାନର ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଶିଶୁ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ ଥିବା ଅନ୍ତଃନଳୀର ଲାଳରୁ ଏହି ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ ମାପ କରାଯାଇପାରେ । ଶିଶୁମାନେ ଛ' ବର୍ଷର ହୋଇ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଯିବା ସମୟରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେଲା । ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଅଧିକ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନର ପ୍ରମାଣ ଦେଉଥିବା ପିଲାମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସ୍କୁଲରେ ସ୍ଥାନ ଓ ସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ଦକ୍ଷତା (spatial Ability)ରେ ଉଚ୍ଚ ଧରଣର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି । ବସ୍ତୁସବୁ ମଧ୍ୟରେ ଦୂରତ୍ୱ କେତେ ଏବଂ କେଉଁ ସ୍ଥାନରେ କେଉଁ ଜିନିଷ ରହିପାରିବ ଏପରି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିପାରୁଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ଜନ୍ମ ସମୟରେ କମ୍ ପରିମାଣର ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ଥିବା ଶିଶୁମାନେ ସେମାନଙ୍କ ସ୍କୁଲ-ପ୍ରବେଶ (ଛ' ବର୍ଷ ବୟସ) ବୟସରେ ଏପରି ଦକ୍ଷତାର ଅଭାବ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି ।

ଅବଶ୍ୟ ଆଧୁନିକ ଗବେଷଣା ଫଳରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ଅଧିକ କୌତୂହଳ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି । ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ ପରି ଲିଙ୍ଗ-ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହରମୋନ୍‌ର ପରିମାଣ ଅପେକ୍ଷା ଏହାର ପରିବର୍ତ୍ତନର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଏହାର ମାତ୍ରା ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେଉଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତିଜଣକ କ୍ରୋଧୀ ହୁଅନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନର ପରିମାଣ କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରା ନିରୂପଣ କରେ ଏବଂ ଏହି ହରମୋନ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଧିକ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନେ ବେଶି କ୍ରୋଧୀ, ଏହା ପୂର୍ବରୁ ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଥିଲା । ଏହା ପୂରାପୂରି ଭୁଲ ନ

Digitized by srujanika@gmail.com

ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ହରମୋନର ପରିମାଣ ଅପେକ୍ଷା ଏହାର ଅସ୍ଥିରତା (fluctuation)କୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଚାର କରାଯାଉଛି ।

ହରମୋନ୍‌ର ପ୍ରଭାବକୁ ପ୍ରତିପାଦନ କରିବା ପାଇଁ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ବହୁସ୍ଥଳରେ ପ୍ରାଣୀ-ଲବ୍ଧ ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷାର ଫଳାଫଳ ଉପସ୍ଥାପନ କରିଛନ୍ତି । ଏପରି ଗବେଷଣା ମନୁଷ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସବୁବେଳେ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ପୁଣି ସେମାନେ ଯୁକ୍ତି କରିଛନ୍ତି ଯେ ନାରୀ-ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ହରମୋନ-ସୃଷ୍ଟ କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ବାଳକ-ବାଳିକା ସ୍ତରରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ସୁତରାଂ ଜୀବଭିତ୍ତିକ କାରଣ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣୀୟ, ଏହା ସେମାନଙ୍କର ଯୁକ୍ତି ।

ହରମୋନ୍ ନାରୀ-ପୁରୁଷର ବ୍ୟବହାରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଯେ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ, ତାହା ନିଧାର୍ଯ୍ୟ ଭାବେ କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ନାରୀ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବହୁବର୍ଷ ପରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ । ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦିଗରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ ହୁଅନ୍ତି । ମୂଳ ଶାରୀରିକ ଭିନ୍ନତା ଏବଂ ସାମାଜିକ ପ୍ରଭାବର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଏକ ସଙ୍ଗରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବାରୁ ଏ ଦୁଇଟି ଉପରେ ଅଲଗା ଅଲଗା ପ୍ରଭାବ ନିରୂପଣ ଏକ କଷ୍ଟକର ବ୍ୟାପାର । ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ଉପାଦାନ ଓ ସାମାଜୀକରଣର ଉପାଦାନସବୁର ପାରସ୍ପାରିକ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟା ଅନ୍ତିମ ପରିଣତି ସୃଷ୍ଟି କରେ, ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅବାଞ୍ଛିତ ନୁହେଁ । ପୁଣି କେଉଁସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପୃହଣୀୟ ଏବଂ କେଉଁସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବର୍ଜନୀୟ, ସେସବୁର ବିଚାର ଆଲୋଚନା କରିବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମଞ୍ଜିଟିକୁ ଠାବ କରିବାକୁ ହେବ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜୀବନ ପ୍ରବାହର ଧାରା ମଧ୍ୟରେ ଆସିଥାଏ । କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜନ୍ମ ପୂର୍ବରୁ ହରମୋନ ଓ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ କାରଣରୁ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଭିନ୍ନତା ଜନ୍ମ ପରେ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ (ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ) କେତେକ ଭିନ୍ନତାର ଅଙ୍କୁରଣ ଓ ବିକାଶ ଘଟିଥାଏ ।

ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳରେ ପୁଅଝିଅମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହେଉଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ଗବେଷଣା ଆମ ଦେଶରେ ଏପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଇପାରି ନାହିଁ । ତଥାପି ଉନ୍ନତ ଦେଶମାନଙ୍କରେ କରାଯାଇଥିବା ବିଧିବଦ୍ଧ ଗବେଷଣାକୁ ଭିତ୍ତିକରି କେତେକ ମୂଲ୍ୟବାନ ତଥ୍ୟର ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ଶିଶୁ ଜନ୍ମର ଅଳ୍ପ କେତେକ ସପ୍ତାହ ଓ ଅଳ୍ପ କେତେକ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ବାଳକ ବାଳିକାଙ୍କ ଭିତରେ କିଛିଟା ଭିନ୍ନତା ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ବାଳକ ଶିଶୁ ସମଗ୍ର ଶରୀର ଚାଳନା କରି ଶକ୍ତି ବ୍ୟୟ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବାଳିକା ଶିଶୁ ମୁଖ୍ୟତଃ ନିଜର ମୁଖ ଓ ସ୍ମିତହସ ମାଧ୍ୟମରେ ଶକ୍ତି କ୍ଷୟ କରେ । ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସର୍ବେନ୍ଦ୍ରିୟ ଅଧିକ ତୀକ୍ଷ୍ଣ ବୋଲି କେତେକ ଅନୁଧ୍ୟାନରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ।

ପ୍ରାୟ ଏକବର୍ଷ ବୟସ ବେଳକୁ ବାଳକ-ଶିଶୁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ନିଜର ପିତାଙ୍କ ଆଡ଼କୁ ଚାହିଁରହି ଶବ୍ଦ (କଥିତ ଶବ୍ଦ) ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବାଳିକା-ଶିଶୁ ନିଜର ମାତାଙ୍କୁ ଚାହିଁ ଶବ୍ଦ ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଏପରି ଭିନ୍ନତାର ଏକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ ରହିଛି । ଏପରି ଭିନ୍ନତାର ଫଳ ସ୍ୱରୂପ ସମ୍ଭବତଃ ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ବାଳକ ବାଳିକାମାନେ ସ୍ତ୍ରୀ ପୁରୁଷର ପ୍ରଭେଦ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତି । ଏ ବୟସରେ ପିତାମାତା ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନକୁ ଅଧିକ ସମୟ ଧରନ୍ତି, ତା'ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ତା'କୁ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । କନ୍ୟାସନ୍ତାନକୁ ଶାନ୍ତ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ, ଫଳରେ ଶିଶୁ କନ୍ୟାକୁ କମ୍ ସମୟ ଧରିବାକୁ ହୁଏ । ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟର ପରିଣତି ସ୍ୱରୂପ ଭବିଷ୍ୟତରେ ବାଳକମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଅହଂକେନ୍ଦ୍ରୀ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶୈଶବ କାଳ ପରି ବାଲ୍ୟ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ବହୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ଅଳ୍ପ ବୟସର ପିଲାମାନଙ୍କ ଉପରେ ଉଭୟେ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଓ ବିକାଶମୁଖୀ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ଗବେଷଣା ହୋଇପାରିଛି । ଭାରତରେ ମଧ୍ୟ ଏ ଧରଣର ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରାଯାଉଛି । ସ୍କୁଲ ଜୀବନର ଆରମ୍ଭ ବେଳକୁ ବାଳକମାନେ ଅଧିକ କ୍ରୋଧୀ ହୋଇଥିବାର ପ୍ରମାଣ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବାଳିକାମାନେ ବଶମ୍ବଦ ଓ ଆଜ୍ଞାଧୀନା ହୁଅନ୍ତି । ଗୁରୁଜନ ଓ ବିଶେଷ କରି ମା' ପ୍ରତି ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଖେଳରେ କେତେକ କୌତୂହଳପ୍ରଦ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ବାଳକମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ସହିତ ଓ ବାଳିକାମାନେ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ସହିତ ଖେଳିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ପୁଣି ବାଳକମାନେ ବଡ଼ ବଡ଼ ଦଳରେ ଖେଳିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିବା ସ୍ଥଳେ ବାଳିକାମାନେ ଛୋଟ ଛୋଟ ଦଳ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । କଥାବାର୍ତ୍ତା କଲାବେଳେ ବାଳକମାନେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ଦୂରତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବାଳିକାମାନେ କମ୍ ଦୂରତ୍ୱ ରଖନ୍ତି ।

ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସାମାଜିକ ବ୍ୟବହାରରେ କେତୋଟି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୁଏ । ବୟସ ସାତ ବର୍ଷରୁ ଏଗାର ବର୍ଷ ହୋଇଥିବା ସମୟରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସାହଚର୍ଯ୍ୟ ବ୍ୟବହାର ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ ଭାବରେ ସେମାନେ ଛୋଟ ଭାଇଭଉଣୀଙ୍କ କଥା ବୁଝନ୍ତି ଏବଂ ଛୋଟମାନଙ୍କୁ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବେଶରେ କରାଯାଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟଟି ସ୍ପଷ୍ଟ ଜଣାପଡ଼େ । ପୁତ୍ରସନ୍ତାନ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ସ୍ୱାଧୀନ ଓ ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳ ହେବା ସ୍ଥଳେ କନ୍ୟା ସନ୍ତାନ ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଓ ସାହାଯ୍ୟପ୍ରବଣ ହୋଇଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ପିତାମାତା ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ବୟସ୍କମାନେ ମଧ୍ୟ ଏ ଧରଣର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖି ଅନୁରୂପ ସାମାଜୀକରଣର ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାନ୍ତି । ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନକୁ ବାହାର କାମର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବା ସ୍ଥଳେ କନ୍ୟାସନ୍ତାନକୁ ଗୃହର ଦାୟିତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ଆଦେଶ କରନ୍ତି ।

ଦଳରେ ନିଜର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଓ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦର୍ଶାଇବାକୁ ଯାଇ ବାଳକମାନେ ନିଜର ସ୍ୱାଧୀନତା ଓ ଅହଂକେନ୍ଦ୍ରୀ ବିଚାରର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ବାଳିକାମାନେ ଦଳର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ମନ ନେଇ ନିଜର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ବିସ୍ତାର କରନ୍ତି । ଲିଙ୍ଗ ଭେଦରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳପରି ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍ କାଳରେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଥିବାରୁ ଜୀବତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ଏସବୁ ହରମୋନ୍ ଓ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ଭିନ୍ନତାର ପରିଣତି ବୋଲି ଯୁକ୍ତି କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ପ୍ରକୃତରେ କାରଣ କେବଳ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ଉପାଦାନ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନୁହେଁ । ବହୁ ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ କାରଣ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରେ ।

ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ କେତୋଟି ସୂକ୍ଷ୍ମ ପାର୍ଥକ୍ୟ

ବାଳକ	ବାଳିକା
• ଜନ୍ମର ଅଳ୍ପ କେତେକ ସପ୍ତାହ ଓ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ବାଳକ ଶିଶୁ ସମଗ୍ର ଶରୀର-ଚାଳନା ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଶକ୍ତି ବ୍ୟୟ କରେ ।	• ବାଳିକା ଶିଶୁ ହସ ଓ ମୁଖଭଙ୍ଗୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଶକ୍ତି ବିନିଯୋଗ କରେ ।
• ବାଳକ ଶିଶୁ ଦୁଇ ବର୍ଷ ବେଳକୁ ପିତାଙ୍କ ମୁଖକୁ ଚାହିଁ ଶବ୍ଦ ଓ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରେ ।	• ବାଳିକା ଶିଶୁ ମାତାଙ୍କ ମୁଖକୁ ଚାହିଁ ଶବ୍ଦ ଓ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରେ ।
• ପିତାମାତା ବାଳକ ଶିଶୁଙ୍କୁ ଅଧିକ ହଲଚଲ କରନ୍ତି ।	• ପିତାମାତା ବାଳିକା ଶିଶୁକୁ କମ୍ ହଲଚଲ କରନ୍ତି ।
• ବାଲ୍ୟ କାଳରେ ବାଳକମାନେ ଅଧିକ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବ ଦର୍ଶାନ୍ତି ।	• ବାଲ୍ୟକାଳରେ ବାଳିକାମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବ ଦର୍ଶାନ୍ତି ।
• ବାଳକମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ବାଳକବନ୍ଧୁ ଲୋଡ଼ନ୍ତି ଏବଂ ବଡ଼ ବଡ଼ ଦଳରେ ଖେଳନ୍ତି ।	• ବାଳିକାମାନେ ବାଳିକା ବାନ୍ଧବୀ ଲୋଡ଼ନ୍ତି ଏବଂ ଛୋଟ ଛୋଟ ଦଳରେ ଖେଳନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

• ସାମାଜିକ ବ୍ୟବହାର ସମୟରେ ବାଳକମାନେ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ଦୂରତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି ।	• ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ଦୂରତ୍ୱ ରଖନ୍ତି ।
• ଘର ବାହାରେ ଅଧିକ ସମୟ ବୁଲିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ।	• ଗୃହ ମଧ୍ୟରେ ଏବଂ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ବେଶି ସମୟ କାଟିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ଏକ ଜଟିଳ ଧାରା । ନାରୀମାନଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କଥା ଉଚ୍ଚାରିତ ହେବାମାତ୍ରେ ସାଧାରଣ ଲୋକେ ଏକ ତୁଳନାତ୍ମକ ତାଲିକା ଦେଇବସନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କୁ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ, ଲଜ୍ଜାଶୀଳ ଓ ଧୀରସ୍ୱଭାବର ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ କ୍ରୋଧୀ, ସ୍ୱାଧୀନଚେତା, କର୍ମଠ ବୋଲି ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତି । ପ୍ରତି ସମାଜରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସମ୍ପର୍କର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବି ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା ଧୀରେ ଧୀରେ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଗୁଣସବୁର (Attributes) ତାଲିକା ପରିବର୍ତ୍ତେ ବିକାଶ ଧାରାଟିର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର ଫଳପ୍ରଦ ।

ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଚିନ୍ତାଧାରାରେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏକାଧିକ ସୋପାନଭିତ୍ତିକ ତଥ୍ୟ ରହିଛି । ଗୋଟିଏ ବିଶିଷ୍ଟ ତଥ୍ୟ ହେଉଛି ଆତ୍ମସଚେତନତାର ସୋପାନ-କ୍ରମିକ ବିକାଶର ତଥ୍ୟ । ଏହି ତଥ୍ୟ ଅନୁଯାୟୀ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଏକ ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳ, ପୁଣି ବିକାଶର ନିର୍ଯ୍ୟାସ ହେଉଛି ନିଜର ସବଳତା-ଦୁର୍ବଳତା ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା ଏବଂ ନିଜର ଆତ୍ମ-ପରିଚିତିକୁ (self-Idntity)କୁ ଦୃଢ଼ କରିବା ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଛ'ଟି ସୋପାନ ଦେଇ ଏହି ଲକ୍ଷ୍ୟ ବିନ୍ଦୁରେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି । ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରେ ଧାରଣା ସବୁ ସ୍ଥୂଳ ଥାଏ । ଭବିଷ୍ୟତ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଦୃଷ୍ଟି କେବଳ ବର୍ତ୍ତମାନ ଉପରେ ନିବଦ୍ଧ ଥାଏ । ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ବସ୍ତୁର ସୂକ୍ଷ୍ମ ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିବାର ଦକ୍ଷତା ନଥାଏ । ପ୍ରଥମ ସ୍ତର ବା ସୋପାନକୁ ସେମାନଙ୍କର ଆବେଗର ସୋପାନ କୁହାଯାଇପାରେ । ଏ ସୋପାନରେ ଶିଶୁମାନେ ବିଶେଷ ଭାବେ ଆବେଗ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଅନ୍ତି । ନିଜର ମିଜାଜ ଅନୁଯାୟୀ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ବାହାରର ଲୋକଙ୍କୁ କେବଳ ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ, ଏହିପରି ଦୁଇଟି ତାଲିକାରେ ରଖିଦିଅନ୍ତି । ସ୍ଥୂଳ ଜଗତର ଘଟଣାସବୁ ଏମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ସୋପାନଟି ଆତ୍ମରକ୍ଷାର ସୋପାନ । ପିଲାଟି ବୁଝେ ଯେ ମନଇଚ୍ଛା ଆବେଗ ପ୍ରକାଶ କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ରହିଛି । ଶାସ୍ତି ବିଧାନ ଓ କଟକଣା ପିଲାଟିକୁ ନୂତନ ଶିକ୍ଷାର ଅଧିକାରୀ କରେ । ସେ ଆତ୍ମସଂଯମ ଶିଖିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସହ୍ୟ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ କରେ । ଏପରି ସବୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ତା'ର ଆତ୍ମରକ୍ଷାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶର ତୃତୀୟ ସୋପାନଟି ଆଜ୍ଞାଧୀନତାର ସ୍ତର । ବୟସ୍କମାନଙ୍କର ଉଚିତ ଅନୁଚିତ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ସେ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଶିଖେ । ସାମାଜିକ ନିୟମ କାନୁନ୍ ପ୍ରତି

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ଦର୍ଶାଏ । ସମାଜର ରୀତିନୀତି ଲୋକମାନଙ୍କର ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ଉଦ୍ଦିଷ୍ଟ, ଏପରି ଉପଲବ୍ଧି ସେ ଗ୍ରହଣ କରେ ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନରେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ହୁଏ ଆତ୍ମସଚେତନତା । ଅନ୍ୟଠାରୁ ତାର ଏକ ଭିନ୍ନ ସ୍ଥିତି ରହିଛି, ଏହା ସେ ଅନୁଭବ କରେ । ସମାଜର ନିୟମ କାନୁନ ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ନୁହେଁ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ଏସବୁର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅଣାଯାଇପାରେ, ଏପରି ଭାବନାର ବିକାଶ ହୁଏ ।

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶର ପଞ୍ଚମ ସୋପାନଟି ବିବେକର ସୋପାନ । ଏ ସ୍ତରରେ ନିଜକୁ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିବାର ଦକ୍ଷତା ଆସେ । ନିଜର ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର ପାଇଁ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆସେ ।

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶର ଶେଷ ଓ ଷଷ୍ଠ ସୋପାନଟି ଆତ୍ମନିୟନ୍ତ୍ରଣର ସୋପାନ । ଏ ସ୍ତରରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆତ୍ମସଚେତନତା ସ୍ପଷ୍ଟ । ସେ ନିଜର ଭୂମିକା ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ଥାଏ ଏବଂ ଭଲ ମନ୍ଦର ମାନଦଣ୍ଡ ବିଷୟରେ ମଧ ତାର ସ୍ପଷ୍ଟ ଧାରଣା ରହିଥାଏ । ନିଜର ଗୁଣ, ତୁଳନା, ଲକ୍ଷ୍ୟ ଓ ଅଭିଳାଷ ସମ୍ପର୍କରେ ତା'ର ପରିଷ୍କାର ଧାରଣା ରହିଥାଏ ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତୁଳନା କରାଯାଇ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶର ସ୍ତର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପରିମାପକର ସାହାଯ୍ୟ ନିଆଯାଇ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଛ' ବର୍ଷ ବୟସରେ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଯିବା ଆରମ୍ଭ କରିବା ସମୟରେ ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିକାଶର ସ୍ତର ନେଇ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନଥାଏ । ମାତ୍ର ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ରଥମ ଭାଗରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶରେ ବାଳିକାମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଆଗୁଆ ରୁହନ୍ତି । ହାଇସ୍କୁଲର ଦ୍ୱିତୀୟ ଭାଗରେ ବାଳକମାନେ ଅନ୍ତତଃ ଗୋଟିଏ ସୋପାନ ପଛରେ ଥାଆନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ କିଶୋରୀମାନେ ବିବେକସ୍ତରରେ ଆତ୍ମସଚେତନତା ସ୍ତରରେ ଥିଲେ କିଶୋରମାନେ ଆଜ୍ଞାଧିନତାର ସୋପାନରେ ରହିଥାନ୍ତି । ମୋଟ ଉପରେ କିଶୋରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ସୋପାନ ଅତିକ୍ରମ କରନ୍ତି ।

କଲେଜ ଜୀବନର ଆଦ୍ୟଭାଗରେ ନାରୀପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସର୍ବାଧିକ ହୋଇ ପ୍ରାୟ ତିରିଶ ବର୍ଷ ବୟସ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏହା ସେହିପରି ରହିଥାଏ । ତାପରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପାର୍ଥକ୍ୟସବୁ କମିବାକୁ ଲାଗେ । ବୃଦ୍ଧାବସ୍ଥାରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ପ୍ରାୟ ସମାନ ସ୍ତରରେ ରୁହନ୍ତି । ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ଦେଖିବାକୁ ଗଲେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକାଶର ସୋପାନ ସବୁକୁ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ସମୟରେ ସ୍ପର୍ଶ କରନ୍ତି ଏବଂ ସ୍ଥୂଳ ପରିବର୍ତ୍ତେ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଚିନ୍ତାର ପ୍ରୟୋଗରେ ଅଗ୍ରଣୀ ରୁହନ୍ତି ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରସରତାକୁ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ଦୁଇଟି କାରଣର ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରଥମଟି ଶରୀର-ଭିତ୍ତିକ । ଏହା ସ୍ୱୀକୃତ ଯେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରିପକ୍ୱତା ଶୀଘ୍ର ଆସେ । ଏଗାର ବାର ବର୍ଷ ବୟସବେଳକୁ ସେମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପ୍ରାୟ ଦୁଇବର୍ଷ ଆଗୁଆ ଥାଆନ୍ତି । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଏପରି ଶାରୀରିକ ବିକାଶ ସେମାନଙ୍କର ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଶାରୀରିକ ବିକାଶ ଓ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶ ମଧ୍ୟରେ ସମାନ୍ତରାଳତା ରହିଛି ।

ଅନ୍ୟ କାରଣଟି ସାମାଜିକ ଅନୁଭୂତି ସମ୍ପର୍କିତ । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସାମାଜିକ ଅନୁଭୂତି ଭିନ୍ନ ଧରଣର । ବାଳକମାନେ ସାଧାରଣତଃ ବଡ଼ ବଡ଼ ଦଳରେ ଖେଳ କଉତୁକ କରନ୍ତି । ବାଳିକାମାନେ ଛୋଟ ଛୋଟ ଦଳରେ ସମୟ କଟାନ୍ତି । ଛୋଟ ଦଳରେ ଭାବର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ କ୍ଷିପ୍ର ହୁଏ ଏବଂ ଅଳ୍ପ ସମୟରେ ସେମାନେ ଅନ୍ୟର ଭାବଭଙ୍ଗୀ ଓ ସମାଜର ରୀତିନୀତି ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତି । ସାମାଜିକ ଅନୁଭୂତିର ଏପରି ଭିନ୍ନତା କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ଅଗ୍ରଣୀ ହେବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

କିଏ କେଉଁ ସୋପାନରେ ପ୍ରଥମେ ପାଦ ଦିଏ ?

ବୟସ	ସୋପାନ	ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ
ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟ	୧. ଆବେଗ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ବ୍ୟବହାର ଆବେଗ (Emotion) ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ।	ବାଳକ ଓ ବାଳିକା ଏକା ସମୟରେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି ।
ପ୍ରାଥମିକ ଶିକ୍ଷାସ୍ତର	୨. ଆତ୍ମରକ୍ଷା, କଟକଣା ଓ ଶାସ୍ତିବିଧାନ ଫଳରେ ସଂଯମ; ସଂଯମ ଫଳରେ ଆତ୍ମରକ୍ଷା ।	ବାଳକ ବାଳିକା ଏକା ସମୟରେ ପହଞ୍ଚିବା ।
ହାଇସ୍କୁଲର ପ୍ରଥମଭାଗ	୩. ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ସାମାଜିକ ନିୟମ ଫଳରେ ଗ୍ରହଣଶୀଳତା ।	ବାଳିକାମାନଙ୍କର ବିକାଶ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦ୍ରୁତତର ହୁଏ ।
	୪. ଆତ୍ମସଚେତନତା ନିୟମସବୁ ଏକ ପ୍ରକାର ସାମାଜିକ ଚୁକ୍ତି, ଏପରି ଭାବନାର ଉନ୍ମେଷ ।	ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟରୁ ବାଳିକାମାନେ ଗୋଟିଏ ସୋପାନ ଆଗେଇ ରୁହନ୍ତି ।
ହାଇସ୍କୁଲର ଦ୍ୱିତୀୟଭାଗ	୫. ବିବେକଶୀଳତା ମୂଲ୍ୟବୋଧର ବିକାଶ	ବାଳିକାମାନେ ପ୍ରଥମେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି ।
	୬. ଆତ୍ମନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିକଶିତ ଆତ୍ମସଚେତନତା	ବାଳିକାମାନେ ପ୍ରଥମେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନୈତିକ ବିଚାରବୋଧର ବିକାଶ

ଜୀବନର ବିକାଶ ଧାରାରେ ନୈତିକ ବିଚାରର ଉନ୍ମେଷ ଓ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ । ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ସହିତ ଏହା ଗଭୀର ଭାବରେ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ । ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବିକାଶର କ୍ରମ ସୋପାନ ଥିଲାପରି ନୈତିକ ବିଚାରବୋଧର ମଧ୍ୟ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତର ରହିଛି । ଅବଶ୍ୟ ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବିକାଶ ସହିତ ସମତାଳ ଦେଇ ଏହି ବିଚାରବୋଧର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଘଟିଥାଏ । ବାଳକବାଳିକା ଏବଂ ନାରୀପୁରୁଷଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଚାରବୋଧର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଆଲୋଚନା ପୂର୍ବରୁ ସୋପାନଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ପରିଚିତି ଆବଶ୍ୟକ ।

ପିଲାମାନଙ୍କର ଜ୍ଞାନଗତ (cognitive) ବିକାଶ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱବିଖ୍ୟାତ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଜାଁ ପିଆଜେ (Jean Piaget) ବଳିଷ୍ଠ ତଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଏକ ସୋପାନଭିତ୍ତିକ ଦୃଷ୍ଟଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ଅନ୍ୟତମ ବିଶିଷ୍ଟ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ କୋଲବର୍ଗ (Kohlberg) ପିଲାମାନଙ୍କର ବିଚାରଶୀଳତାର ବିକାଶ ସମ୍ପର୍କରେ ସୁନ୍ଦର ତଥ୍ୟ ଯୋଗାଇଛନ୍ତି ।

କୋଲବର୍ଗଙ୍କ ମତରେ ପିଲାର ନୈତିକ ବିକାଶ ତିନୋଟି ମୁଖ୍ୟ ସୋପାନ ଦେଇ ଗତି କରିଥାଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ପ୍ରାକ୍‌-ଗତାନୁଗତିକ (Pre-conventional) ସୋପାନ, ଗତାନୁଗତିକତାର ସୋପାନ (conventional) ଏବଂ ଗତାନୁଗତିକତା ପରବର୍ତ୍ତୀ (Post-conventional) ସୋପାନ ।

ପ୍ରାକ୍‌-ବିଦ୍ୟାଳୟ (ପାଞ୍ଚ ଛ' ବର୍ଷରୁ କମ୍‌) ସ୍ତରରେ ଶିଶୁର ସ୍ପଷ୍ଟ ନୈତିକ ଧାରଣା ନଥାଏ । ଭଲ କ'ଣ ଓ ମନ୍ଦ କ'ଣ, ଏ ବିଷୟରେ ଏକ ବିଚିତ୍ର ଧାରଣା ଥାଏ । କୌଣସି ବସ୍ତୁ ବା କାର୍ଯ୍ୟର ବାହ୍ୟିକ ଫଳାଫଳକୁ ଦେଖି ସେ ଭଲମନ୍ଦର ବିଚାର କରେ । କାର୍ଯ୍ୟଟିର ଫଳ ଭଲହେଲେ କିମ୍ବା ସେଥିରୁ ଲାଭ ମିଳିଲେ, ତାହା ଭଲ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ ।

ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ କାର୍ଯ୍ୟର ପରିଣତି ଖରାପ ହେଲେ କିମ୍ବା ସେଥିରେ କ୍ଷତି ହେଲେ ତାହା ମନ୍ଦ ବୋଲି ଧାରଣା କରେ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ଶିଶୁଟି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ମନୋବୃତ୍ତିକୁ ବିଚାରକୁ ନିଏ ନାହିଁ ।

ବିଚାରଶୀଳତାର ଦ୍ୱିତୀୟ ସେମାନଟି ଗତାନୁଗତିକତାର ସୋପାନ । ହାଇସ୍କୁଲ ଜୀବନର ଆଦ୍ୟଭାଗରେ ପିଲାଟିର ବିଚାରଶୀଳତା ଏକ ନୂତନ ମୋଡ଼ ନିଏ । ସେ ଅନୁଭବ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରେ ଯେ ଭଲମନ୍ଦ ହେଉଛି ଏକ ସାମାଜିକ ଅବସ୍ଥା ଓ ନିୟମ । ପିତାମାତାଙ୍କ ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ସେ ଭଲମନ୍ଦକୁ ଚିହ୍ନେ । ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଅନୁସାରେ ଭଲ ଓ ମନ୍ଦ ମଧ୍ୟରେ ବିଭେଦ ଦେଖେ । ସମାଜର ଉଚ୍ଚସ୍ଥାନରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଇଙ୍ଗିତ ଅନୁଯାୟୀ ନୀତି-ଅନୀତିରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖେ । ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ନୀତି ଅନୀତିର ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ସେ ଶିଖେ ଓ ବୁଝିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ । ଲୋକମାନେ ଭଲ କହୁଥିଲେ ତାହା ଭଲ । ଲୋକମାନେ ଖରାପ କହିଲେ, ତାହା ଖରାପ । ଏପରି ବିଚାରବୋଧ ପିଲାଟିର ମନରେ ସ୍ଥାନ ପାଏ । ନୀତି ଅନୀତିର ନିୟମ ସବୁ ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ, ଏପରି ଧାରଣା ମଧ୍ୟ ଜନ୍ମେ ।

ହାଇସ୍କୁଲ ଜୀବନର ଦ୍ୱିତୀୟ ଭାଗକୁ (ପ୍ରାୟ ୧୦-୧୨ବର୍ଷ) ପିଲାମାନଙ୍କର ବୁଦ୍ଧି ପରିପକ୍ୱ ହୁଏ । ବସ୍ତୁ ଜଗତର ବାହାରେ ଥିବା ଅବିମୂର୍ତ୍ତ ଧାରଣା (Abstract Ideas) ସହିତ ପରିଚିତି ଘଟେ । ଏହା ସହିତ ସମତାଳ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କର ନୈତିକ ବିଚାରଶୀଳତା ମଧ୍ୟ ଉନ୍ନତ ହୁଏ । ଭଲମନ୍ଦର ନିୟମସବୁ ସମାଜ-ପ୍ରଣୀତ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ହେଲେ ସେଗୁଡ଼ିକର ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଇପାରେ, ଏପରି ଧାରଣା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ସମାଜରେ ଭଲଭାବରେ ଚଳିବା ପାଇଁ ମଣିଷ ଏସବୁ ତିଆରି କରିଚି, ଏହା ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରେ । କେତେକ ନୈତିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଅବସ୍ଥା ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ କେତେକ ନୀତି ସାର୍ବଜନୀନ (Universal), ଏହା ମଧ୍ୟ ବୁଝେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ସତ୍ୟାନୁରାଗ ସବୁ ସ୍ଥାନରେ ଓ ସବୁ ସମୟରେ ନୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ, ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରେ । ମୁଖ୍ୟତଃ ସାମାଜିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ କିଶୋର କିଶୋରୀ ନୀତି ଅନୀତିର ବିଚାର କରନ୍ତି ।

ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦ୍ୱାରା ଏହି ତିନୋଟି ସୋପାନର ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରେ । ମନେକରାଯାଉ, ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ଗପ କହିବା ପରେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲା । ଗପଟି ଏହିପରି ହୋଇପାରେ, "ଅଶୋକର ସ୍ତ୍ରୀ ଖୁବ୍ ଅସୁସ୍ଥ ଥିଲା । ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦେଖାଇବା ପାଇଁ ଅଶୋକ ପାଖରେ ପଇସା ନଥିଲା । ବହୁତ କାକୁତି ମିନତି କରିବା ପରେ ଜଣେ ଡ଼ାକ୍ତର ରୋଗୀକୁ ଦେଖିଲେ ଏବଂ ଔଷଧ ଲେଖିଦେଲେ । ମାତ୍ର ଔଷଧ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଅଶୋକ ପାଖରେ ପଇସା ନଥିଲା । ସେ ଗୋଟିଏ ଡାକ୍ତରୀ ଦୋକାନକୁ ଯାଇ ଉଧାରରେ ଔଷଧ ମାଗିଲା । ମାତ୍ର ଦୋକାନୀ ଦେବାପାଇଁ ରାଜି ହେଲାନାହିଁ । ରାତିରେ ଅଶୋକ ଔଷଧ ଦୋକାନର କବାଟ ଭାଙ୍ଗି ଔଷଧ ଆଣିଲା । ପରଦିନ ପୋଲିସ ଅଶୋକକୁ ଗିରଫକରି ଥାନାକୁ ନେଇଗଲା" ।

ଗପଟି କୁହାଯିବା ପରେ ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯିବ - "ଅଶୋକ ଠିକ୍ କି ଭୁଲ କଲା ?" ଏହାର ଉତ୍ତରରେ ହୁଏତ ଅଧିକାଂଶ ପିଲା କହିବେ ଯେ ଅଶୋକ ଭୁଲ୍ କରିଛି । ଏପରି ଉତ୍ତର ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ନୁହେଁ । ମାତ୍ର କୌତୂହଳପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟ ହେଉଛି ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରଶ୍ନ "ଅଶୋକର କାମ କାହିଁକି ଭୁଲ୍ ବୋଲି ତୁମେ ଭାବୁଛ ?"

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ବିଭିନ୍ନ ବୟସର ପିଲାମାନେ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଉତ୍ତର ଦେବେ । ବିଚାରଶୀଳତାର ପ୍ରାକ୍-ଗତାନୁଗତିକତା ସୋପାନରେ ରହିଥିବା ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟର (ଚାରି ବର୍ଷରୁ ଛ' ବର୍ଷ) ପିଲାମାନେ କହିବେ ଯେ ଅଶୋକ ଭୁଲ୍ କରିଛି । ତେଣୁ ପୋଲିସ ତାକୁ ଧରିନେଲା । ଅର୍ଥାତ୍ ପୋଲିସ୍ ଧରିବାର କ୍ଷତିକୁ ଭିତ୍ତିକରି ପିଲାଟି ନୀତିର ବିଚାର କରିବ । ତା'ଠାରୁ ବଡ଼ ପିଲାଟି କହିବ ଯେ ବାପା କହିଛନ୍ତି "ଚୋରି କରିବା ପାପ" କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷକ କହନ୍ତି "ଚୋରି କଲେ ଦଣ୍ଡ ମିଳେ" । ଉଚ୍ଚପଦବୀର (ପିତାମାତା, ଶିକ୍ଷକ, ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ବୟସ୍କ ଓ ସମ୍ମାନସ୍ପଦ ବ୍ୟକ୍ତି) ଲୋକଙ୍କ ଉକ୍ତିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରି ପିଲାଟି ନୀତିର ବୟାନ ଦେବ । ମାତ୍ର କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ (ଏଗାର/ବାର ବର୍ଷରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ) ଚୋରି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଏକ ଅନୈତିକ ବ୍ୟବହାରର ଆଖ୍ୟା ଦେବେ । ମୂଲ୍ୟବୋଧର ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଭଲମନ୍ଦର ବିଚାର ସୂଚାଇବେ ।

ସେହିପରି ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ । ଧରାଯାଉ କୁହାଗଲା ଯେ ଜଣେ ମହିଳା ଅତିଥିଙ୍କର ଚର୍ଚ୍ଚା ପାଇଁ ଟେବୁଲ୍ ଉପରେ ଖାଦ୍ୟ ପଦାର୍ଥ ସଜାଇ ରଖିବାର ଉଦ୍ୟମ କରୁଥିଲେ । ସାନପୁଅଟି ଟ୍ରେରେ ପାଣି ଗିଲାସସବୁକୁ ଆଣୁଥିବା ସମୟରେ ତାର ଗୋଡ଼ ଖସିଗଲା ଏବଂ ଆଠଟି ଗ୍ଲାସ ଭାଙ୍ଗିଗଲା । ଏହାଦେଖି ବଡ଼ ପୁଅଟି ରାଗିଗଲା ଏବଂ ରାଗରେ ଗୋଟିଏ ଗ୍ଲାସ ଧରି ତଳେ ପିଟିଦେଲା । ଫଳରେ ସେ ଗ୍ଲାସଟି ଭାଙ୍ଗିଗଲା । ପ୍ରଶ୍ନ କରାଯିବ କିଏ ଭୁଲ୍ କଲା ?

ଏହାର ଉତ୍ତର ଦେବାକୁ ଯାଇ ନୈତିକ ବିଚାରର ପ୍ରଥମ ପାଦରେ ଥିବା ପିଲାମାନେ କହିବେ ଯେ ସାନପୁଅ ବେଶୀ ଭଲ କଲା । କାରଣ ସେ ଆଠଟି ଗ୍ଲାସ ଭାଙ୍ଗିଲା । ବାହ୍ୟିକ କ୍ଷତିର ପରିମାଣ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଆଠଟି ଗ୍ଲାସ ନଷ୍ଟ ହେବା ଗୋଟିଏ ଗ୍ଲାସ ନଷ୍ଟ ହେବାଠାରୁ ଅଧିକ କ୍ଷତିକାରକ । ଦ୍ୱିତୀୟ ସୋପାନରେ ଥିବା ବଡ଼ ପିଲାମାନେ କହିବେ ଯେ ବଡ଼ପୁଅଟି ଭୁଲ୍ କଲା, କାରଣ ରାଗିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ ବୋଲି ମା କହିଛନ୍ତି । କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ବିଚାରଶୀଳତାର ଗତାନୁଗତିକତା ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନରେ ଥିବାରୁ ରାଗ ବା କ୍ରୋଧ ଏକ ଅନୈତିକ ବ୍ୟବହାର ହୋଇଥିବାରୁ ବଡ଼ପୁଅଟିକୁ ଦୋଷୀ ସାବ୍ୟସ୍ତ କରିବେ ।

ବାଳକ ବାଳିକା ଉଭୟେ ଏହି ତିନୋଟି ସୋପାନ ଦେଇ ଗତି କରନ୍ତି । ତଥାପି କିଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ନୀତି ଅନୀତିର ବିଚାର କଲାବେଳେ ବାଳକ ବାଳିକାଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ପାର୍ଥକ୍ୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ସାଧାରଣତଃ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ ଯେ କିଶୋରମାନେ କୌଣସି ବ୍ୟବହାରକୁ ନୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଚାର କଲାବେଳେ ମୂଳଧାରଣାଟି ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । ଏପରି ଧାରଣା ଅବିମୂର୍ତ୍ତ (abstract) ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର କିଶୋରୀମାନେ କିଛି ପରିମାଣରେ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଅବସ୍ଥାକୁ ବିଚାର କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ଭାବନାଟି ଏମାନଙ୍କ ବିଚାରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଅବଶ୍ୟ ଏ ଦୁଇଟି ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ମଧ୍ୟରୁ କେଉଁଟି

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅଧିକ ଉନ୍ନତ, ତାହା ନିଧାର୍ଯ୍ୟ ଭାବେ କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ବରଂ ନୈତିକ ବିଚାରରେ ଦୁଇଟି ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀର ସମନ୍ୱୟ ଆବଶ୍ୟକ । ବାସ୍ତବରେ ତାହାହିଁ ଘଟେ । ବୟସର ବୃଦ୍ଧି ସହିତ ଏ ଦୁଇଟି ଦିଗ ଧୀରେ ଧୀରେ ସମନ୍ୱିତ ହୁଏ । ନାରୀ ପୁରୁଷ ନିର୍ବିଶେଷରେ ଅଧିକ ପରିପକ୍ୱତାସମ୍ପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନୀତିଗତ ବିଚାର କଲାବେଳେ ମୂଳନୀତି ଓ ଜନମଙ୍ଗଳ ଦୁଇଟିର ସମନ୍ୱୟ ଆଣନ୍ତି ।

ନୈତିକ ବିକାଶର ସୋପାନ

ସ୍ତର	ସୋପାନ	ପରିପ୍ରକାଶ
ପ୍ରଥମ ସ୍ତର *ପ୍ରାକ୍‌ଗତାନୁଗତିକ ନୈତିକତା*	***ପ୍ରଥମ ସୋପାନ :*** ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ଓ ଶାସ୍ତିବିଧାନ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ନୈତିକ ଭାବନା ।	ପିଲାଟି ବିଚାର କରେ ଯେ ପିତାମାତା କରିବାକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଉଥିବା ଆଚରଣଟି ନୈତିକ ଏବଂ ମନା କରୁଥିବା ଆଚରଣଟି ଅନୈତିକ ।
	ଦ୍ୱିତୀୟ ସୋପାନ : ଆଚରଣର ଫଳାଫଳକୁ ଭିତ୍ତିକରି ନୈତିକ ବିଚାର ।	ଆଚରଣଟି ପୁରସ୍କୃତ ହେଉଥିଲେ ତାହା ନୈତିକ ଏବଂ ଆଚରଣଟି ତିରସ୍କୃତ ହେଉଥିଲେ ତାହା ଅନୈତିକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ । ଫଳାଫଳ ଭଲ ହେଲେ ବ୍ୟବହାରଟି ନୈତିକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ ।
ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ତର *ଗତାନୁଗତିକ ନୈତିକତା ।*	***ତୃତୀୟ ସୋପାନ :*** ଭଲପିଲା ନୈତିକତା	ପୂର୍ବରୁ ପିଲାମାନେ ପିତାମାତା ଓ ବୟସ୍କମାନଙ୍କୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ (ପୁରସ୍କାର ବା ତିରସ୍କାର ଦେବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଥିବା) ମନେ କରି ସେମାନଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ବ୍ୟବହାରକୁ ନୈତିକ ବିଚାର କରୁଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ପିଲାମାନେ

Digitized by srujanika@gmail.com

		ବୟସ୍କମାନଙ୍କର ଅନୁମୋଦନ (ପସନ୍ଦ ନାପସନ୍ଦ)ର ସଙ୍କେତ ଦେଖି ନୈତିକ ଓ ଅନୈତିକ ଆଚରଣର ବିଚାର କରନ୍ତି ।
	ଚତୁର୍ଥ ସୋପାନ : ସାମାଜିକ ଶୃଙ୍ଖଳାଭିତ୍ତିକ ନୈତିକତା	ଶୃଙ୍ଖଳା ଓ ସ୍ଥିରତା ରକ୍ଷା ପାଇଁ ସମାଜ ଯେଉଁ ସମସ୍ତ ନିୟମ ସବୁ ପ୍ରଣୟନ କରିଛି ସେଗୁଡ଼ିକ ପାଳନ କରିବାର ଆଚରଣ ହେଉଛି ନୈତିକତା ଏବଂ ସେଗୁଡ଼ିକର ଅବହେଳା ଅନୈତିକ ବ୍ୟବହାର ରୂପେ ଏ ସ୍ତରରେ ବିଚାର କରାଯାଏ ।
ତୃତୀୟ ସ୍ତର *ଗତାନୁଗତିକତା ପରବର୍ତ୍ତୀ ନୈତିକତା*	***ପଞ୍ଚମ ସୋପାନ :*** ସାମାଜିକ ଚୁକ୍ତିଭିତ୍ତିକ ନୈତିକତା ।	ଏ ସୋପାନରେ ଧାରଣା ଜନ୍ମେ ଯେ ସମାଜରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ସହମତି ଫଳରେ (ଏକପ୍ରକାର ଚୁକ୍ତି) କେତେକ ଆଚରଣକୁ ନୈତିକ ବିଚାର କରାଯିବାସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଆଚରଣକୁ ଅନୈତିକ ବିଚାର କରାଯାଏ ।
	ଷଷ୍ଠ ସୋପାନ : ବ୍ୟକ୍ତିପାଇଁ ନୀତିଗତ ମାନଦଣ୍ଡ	ଏ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ନୈତିକ ମୂଲ୍ୟବୋଧକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଆଚରଣର ମାନଦଣ୍ଡ ରୂପେ ବିଚାର କରାଯାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ବାଳକ ଓ ବାଳିକା ସମ୍ପର୍କରେ ପିଲାମାନେ ଧାରଣା କରନ୍ତି କିପରି ?

ପୁତ୍ର କନ୍ୟାକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପରିପାଳନ କରିବା ଏବଂ କେତେକ ପରିବେଶଗତ କାରଣ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭେଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଭିନ୍ନତା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଶିଶୁମାନେ ନିଜର ପିତାମାତା ଏବଂ ପରିବେଶରୁ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ପ୍ରଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇ ଅଲଗା ଅଲଗା ଦିଗରେ ଗତି କରନ୍ତି । ବାଳକମାନେ ଗୋଟିଏ ଦିଗରେ ଗତି କରିବାସ୍ଥଳେ ବାଳିକାମାନେ ଭିନ୍ନ ଦିଗରେ ଗତି କରନ୍ତି ।

ଅନେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀଙ୍କ ମତରେ ଶିଶୁମାନେ ପୂରାପୂରି ନିଷ୍କ୍ରିୟ ନୁହଁନ୍ତି । ଆମେ ସେମାନଙ୍କୁ ଯେଉଁ ପରିମାଣରେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ମନେକରୁ ଅନ୍ତତଃ ସେହି ପରିମାଣରେ ସେମାନେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ନୁହଁନ୍ତି । ବାହ୍ୟଜଗତ ଏବଂ ତାହାର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ସେମାନେ ମଧ୍ୟ କିଛି ଧାରଣା ଓ କିଛି ବିଶ୍ୱାସ ଗଠନ କରନ୍ତି ।

ଶିଶୁମାନେ ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ (ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ବର୍ଷ ବୟସରୁ) ଲିଙ୍ଗ ଭେଦ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହୁଅନ୍ତି । ଏବଂ ସ୍କୁଲ ଯିବା ସମୟରେ (ଛ ସାତ ବର୍ଷ ବେଳକୁ) ଏହି ଧାରଣା ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରୂପରେଖ ନେଇସାରିଥାଏ । ଶିଶୁମାନଙ୍କର ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ଗଠନକୁ ବୁଝାଇବା ପାଇଁ ଏକାଧିକ ପ୍ରୟାସ ହୋଇଛି । ଏହି ପ୍ରୟାସର ଫଳସ୍ୱରୂପ କେତୋଟି ଉପାଦାନର ଭୂମିକା ଆମର ବିଚାର ମଧ୍ୟକୁ ଆସିଛି ।

ପ୍ରତି ଦେଶ ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ପୁଅ ଓ ଝିଅମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଛିନା କିଛି ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ଅନେକ ସମୟରେ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଆମର ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ଜୀବନ କେତେକ ପ୍ରଭେଦ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଭାରତୀୟ ଜୀବନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବିଶିଷ୍ଟ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍ ସୁଧୀର କାକ୍କର ଏ ଦିଗରେ ଜଣେ ଅଗ୍ରଣୀ ବିଶେଷଜ୍ଞ । ତାଙ୍କ ମତରେ ଭାରତୀୟ ପୁରାଣ, ଲୋକଗଳ୍ପ ଓ ପର୍ବପର୍ବାଣୀମାନଙ୍କରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀକୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ଚିତ୍ରଣ କରାଯାଇଥାଏ । ଅଜା ଆଈ ଏବଂ ଜେଜେବାପା ଓ ଜେଜେମାଠାରୁ ପିଲାଟି ଯେଉଁସବୁ ଗଳ୍ପ ଶୁଣେ ସେଥିରେ ପୁରୁଷ ଚରିତ୍ର ଓ ନାରୀ ଚରିତ୍ର ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ରୂପାୟିତ ହୋଇଥାଏ । ପୁରୁଷର ବୀରତ୍ୱ ଓ ସାହସିକତା ଗଳ୍ପର ମୁଖ୍ୟ ବିଚାରବସ୍ତୁ ହୋଇଥିବାସ୍ଥଳେ ନାରୀକୁ ଏକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟର ପିତୁଳା ରୂପେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରାଯାଇଥାଏ । ପରିବାର ଓ ଗୋଷ୍ଠୀରେ ପାଳିତ ହେଉଥିବା ବହୁ ପର୍ବପର୍ବାଣୀ ଓ ରୀତିନୀତିରେ ପୁରୁଷର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥାଏ । ଏହିସବୁ ଅନୁଭୂତି ଶିଶୁପ୍ରାଣରେ ପ୍ରଭେଦର ମଞ୍ଜି ବୁଣିଦେଇଥାଏ ।

ଶିଶୁର ଧାରଣାକୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତ କରେ ଶିଶୁର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ । ଶିଶୁଟି ପୁଅ ଓ ଝିଅମାନଙ୍କ ପୋଷାକପତ୍ରର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରେ । ପୁଅଟିଏ ଝିଅ ପୋଷାକଟିଏ ପିନ୍ଧିଦେଲେ କିମ୍ବା ଝିଅଟିଏ ପୁଅ ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିଦେଲେ ଗାଳି ଶୁଣିବାକୁ ପଡ଼େ । ପୁଣି ଶିଶୁକୁ ଯେଉଁସବୁ ଖେଳନା ଦିଆଯାଏ, ସେଗୁଡ଼ିକ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ ଧରଣର । ଖେଳନା ମଟରଟିଏ ବାଳକ ଶିଶୁକୁ ଦିଆଯିବାସ୍ଥଳେ କଣ୍ଢେଇଟିଏ ବାଳିକା ଶିଶୁକୁ ଦିଆଯାଏ । ଆଉ ଟିକିଏ ବଡ଼ ହେଲାପରେ ପିଲାମାନେ ସ୍ନାନାଗାରରେ ବା ଅନ୍ୟତ୍ର ଶାରୀରିକ ଆକୃତିର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖନ୍ତି । ଭାଇ ଭଉଣୀ ଖେଳରେ ଶାରୀରିକ ଭିନ୍ନତା ଆଖିରେ ପଡ଼େ । ମା ବାପାଙ୍କର ଭିନ୍ନତା ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୁଏ । ଏ ସମସ୍ତର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ନିଜର ଅଜାଣତରେ ମନ ମଧ୍ୟରେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଚିତ୍ର ଅଙ୍କନ କରେ ।

"ମୁଁ ଗୋଟିଏ ବାଳକ କିମ୍ବା ମୁଁ ଗୋଟିଏ ବାଳିକା" – ଏହି ଆତ୍ମପରିଚିତି (Self Identity) ଦୃଢ଼ ହୁଏ କିପରି ? ବିଭିନ୍ନ ଶିକ୍ଷା ଓ ପରିବେଶରେ ଭିନ୍ନତା ମଧ୍ୟରେ ବାଳକଟି ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ତାର ବାଳକତ୍ୱ ସ୍ଥିର (Constant) ରହୁଛି । ଅନେକ ସମୟରେ ଭଉଣୀର ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିଦେଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟମାନେ ତାକୁ ଚିହ୍ନି ପାରୁଛନ୍ତି । ବାଳିକାମାନେ ଖେଳୁଥିବା ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନକୁ ଚାଲିଗଲେ ସେମାନେ ତାକୁ ଏକଘରିଆ କରିଦେଉଛନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରିସ୍ଥିତିର ଭିନ୍ନତା ସତ୍ତ୍ୱେ ତାଠାରୁ ବାଳକତ୍ୱ ଆଶା କରାଯାଉଛି । ଏପରି ଅନୁଭବର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଫଳରେ ବାଳକଟି ତାର ବାଳକତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହୁଏ । ଲିଙ୍ଗଭିତ୍ତିକ ଆତ୍ମପରିଚିତି ଦୁଇ ତିନିବର୍ଷରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇ ଛ' ସାତ ବର୍ଷ ବେଳକୁ ଦୃଢ଼ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇସାରିଥାଏ ।

ଏହି ଆତ୍ମ-ପରିଚିତିର ପ୍ରଭାବ ଫଳରେ କେତେକ ଶାରୀରିକ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ମାନସିକ ଅସ୍ଥିରତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ବାଳିକାଟି ନିଜର ଶାରୀରିକ୍ ବିକାଶରେ କେତେକ ନାରୀ ସୁଲଭ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତେ ପୁରୁଷୋଚିତ ଚିହ୍ନ ଦେଖି ବିବ୍ରତ ହୁଏ । ବାଳକ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷୋଚିତ ଚିହ୍ନସବୁର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ଦେଖି ଉତ୍କଣ୍ଠିତ ଓ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ହରମୋନ୍ ଚିକିତ୍ସା ଓ ଶଲ୍ୟ ଚିକିତ୍ସାର ଅଭୂତପୂର୍ବ ସଫଳ ପ୍ରୟୋଗ ଫଳରେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ଅସ୍ୱାଭାବୀ (Abnormal) ଶାରୀରିକ ଚିହ୍ନ ଦୂର କରାଯାଇପାରୁଛି । କିଶୋର କିଶୋରୀ ଏବଂ ନାରୀପୁରୁଷମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ଥିତିକୁ ଚାହିଁ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅଣାଯାଇପାରୁଛି । ଏପରି ସମ୍ଭାବନା ଲିଙ୍ଗଭିତ୍ତିକ ଆତ୍ମପରିଚିତି ସମ୍ପର୍କିତ ଅସ୍ୱାଭାବୀ ବ୍ୟବହାରର ଦୂରୀକରଣରେ ସହାୟକ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ-ପୁରୁଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସୃଷ୍ଟିର ସାମାଜିକ ସାଂସ୍କୃତିକ ଦିଗ

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ପାର୍ଥକ୍ୟସବୁ ସମାଜ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଭେଦରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ । ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବେଶର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟକୁ ଚାହିଁ ଏହିସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ରୂପ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥିବାରୁ ଜୀବତାତ୍ତ୍ୱିକ ଓ ଶରୀର-ଭିତ୍ତିକ କାରଣକୁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମୁଖ୍ୟ କାରଣର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଦିଆଯାଏ ନାହିଁ । ବିଶେଷ କରି ଜନ୍ମର ପରେ ପରେ ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଓ ବ୍ୟବହାର ଲାଗି ବାଳକ ବା ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ କିପରି ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରାଯାଇଛି, ତାହା ଗଭୀର ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଗୋଟିଏ ଦିଗରେ ବାଳକମାନଙ୍କୁ ଉତ୍ସାହିତ କରାଯିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ ଦିଗରେ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । ସେହିପରି ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ଅଭିପ୍ରେରିତ କରାଯିବା ସମୟରେ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ପ୍ରତିରୋଧିତ କରାଯାଏ ।

ବିଭିନ୍ନ ସମାଜରେ ବାଳକ ବାଳିକାମାନେ କିପରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭାବରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ ହୁଅନ୍ତି, ତାହାର ପ୍ରମାଣ ଅନ୍ତତଃ ତିନୋଟି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହୁଏ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ (Aggressive), ସ୍ୱାଧୀନ ଓ ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ ବ୍ୟବହାର । ଅଧିକାଂଶ ସମାଜରେ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଓ ସ୍ୱାଧୀନ ମନୋଭାବ ପାଇଁ ବାଳକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଓ ପରୋକ୍ଷ ଭାବରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରାଯିବା ସ୍ଥଳେ ଦାୟିତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯାଏ । ବାଳକମାନେ ବାଳିକାସୁଲଭ ଭଙ୍ଗୀରେ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଦର୍ଶାଇଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । ମାଇଚିଆ ପରି ଅପସନ୍ଦସୂଚକ ବିଶେଷଣ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ସେହିପରି ବାଳିକାମାନେ ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ନ ଦର୍ଶାଇ ବାଳକରୀତିରେ ଆତ୍ମନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଦର୍ଶାଇଲେ ସେମାନଙ୍କୁ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । ଅଣ୍ଡିରିଚେଣ୍ଡୀ ପରି ଶବ୍ଦ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରକୁ ନାପସନ୍ଦ କରାଯାଏ । ମୋଟଉପରେ ପିତାମାତା, ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସବୁ ଗୁରୁଜନମାନଙ୍କର ପୁରସ୍କାର ତିରସ୍କାର ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରକୁ ଭିନ୍ନ ମୋଡ଼ ଦିଏ ।

ପୁରସ୍କାର ଓ ତିରସ୍କାରର ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ରୂପ ହେଉଛି ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ଭିନ୍ନ ଧରଣର କାର୍ଯ୍ୟର ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେବା । ବଜାରରୁ ସଉଦା କିଣିବା, ଡାକ୍ତର କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଦରକାର ସମୟରେ ଘରକୁ ଡ଼ାକିଆଣିବା ଏବଂ ବାହ୍ୟ ଜଗତ ସହିତ କାରବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ପିତାମାତା ନିଜ ପୁଅକୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଅନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବିଛଣାଟି

Digitized by srujanika@gmail.com

ଠିକ୍ ଭାବେ ସଜାଡ଼ିବା, ଘରର ଆସବାବପତ୍ରର ଯତ୍ନ ନେବା ଏବଂ ସାନ ଭାଇଭଉଣୀଙ୍କ କଥା ଶୁଣିବା ପାଇଁ ଝିଅ ଓ ବାଳିକାକୁ ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଏ । ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଥିବା କାମ ସବୁର ଏପରି ବିଭାଗୀକରଣ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଓ ପରୋକ୍ଷ ଭାବରେ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ଶିକ୍ଷାଦିଏ । କେଉଁ କାମଟି ସେମାନଙ୍କର କରଣୀୟ, ତାହା ସେମାନେ ଶିଖନ୍ତି । କେଉଁ କାମଟି ତାଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ପରିସରର ବହିର୍ଭୁକ୍ତ, ତାହା ମଧ୍ୟ ଜାଣନ୍ତି ।

ସେମାନେ ନିଜେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କାମ ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ ହେବା ବ୍ୟତୀତ ନିଜର ପିତାମାତା ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ବୟସ୍କ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ଭିନ୍ନତା ମଧ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରନ୍ତି । ବାପା ବଜାରରୁ ସଉଦା ଆଣିବା ସ୍ଥଳେ ମା' ଲୁଗା ଜାମା ପରିଷ୍କାର କରୁଛନ୍ତି, ଏହା ସେମାନଙ୍କ ଦୃଷ୍ଟିରେ ପଡ଼ିଥାଏ । ସମାଜ ଓ ବାହ୍ୟ ଜଗତରେ ଏ ସବୁର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ସେମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଗଠନ କରେ । ବାଳକ ପାଇଁ କଣ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଏ ଏବଂ କ'ଣ ସ୍ପୃହଣୀୟ, ସେ ବିଷୟରେ ଧାରଣା ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ସେହିପରି ବାଳିକାମାନଙ୍କଠାରୁ କଣ ଆଶା କରାଯାଏ, ତାହାର ମଧ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ଧାରଣା ଜନ୍ମେ ।

ଅବଶ୍ୟ ଏହା ସତ୍ୟ ଯେ ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ପାଉଛି । ଧୀରେ ଧୀରେ ବାଳକମାନେ ଘରର ଦାୟିତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ଭାଳିବା ସ୍ଥଳେ ବାଳିକାମାନେ ବାହାର ଜଗତର କାମସବୁ ବୁଝାସୁଝା କଲେଣି । ବିଶେଷତଃ ହକି, ଫୁଟ୍‌ବଲ୍ ଓ କ୍ରିକେଟପରି ପୁରୁଷପ୍ରଧାନ ଖେଳସବୁରେ ନାରୀମାନେ ପ୍ରବେଶ କରିଛନ୍ତି । ପୂର୍ବର କଠିନ ବିଭାଜନ ରେଖା କ୍ରମଶଃ ଦୁର୍ବଳ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । କାର୍ଯ୍ୟ-କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ସମ୍ମିଳିତ ପ୍ରବେଶ ଓ ସମ୍ପାଦନ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଭିନ୍ନ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରିବ ।

ସାମାଜୀକରଣ (Socialization) ସ୍ତରରେ ଯେଉଁସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଆସିଥିଲା ଏବଂ ରହିଆସିଛି, ସେସବୁର କାରଣ ମୂଳରେ କେତେକ ସୂକ୍ଷ୍ମତର ଉପାଦାନ ସକ୍ରିୟ ।

ମୂଳରୁ ବାଳକ-ଶିଶୁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ (Aggressive) ହେବା କେବଳ ଲିଙ୍ଗ-ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହରମୋନ୍ ଅଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍‌ର ପରିଣତି ନୁହେଁ । ଅଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍‌ର ପ୍ରଭାବ ରହିଛି, ତା ସହିତ ପିତାମାତା ପୁତ୍ରସନ୍ତାନକୁ ଅଧିକ ନଜର ଦିଅନ୍ତି, ତାକୁ ଧରନ୍ତି, ହଲଚଲ କରନ୍ତି ଏବଂ ତାକୁ ଉଦ୍ଦୀପିତ (Stimulated) ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବାଳିକା ଶିଶୁକୁ ଏକ ପ୍ରକାର କୋମଳ ଓ ଭଙ୍ଗୁର (Fragile) ଜ୍ଞାନ କରି ଅଧିକ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି । ପୁତ୍ରସନ୍ତାନ ଅଧିକ ଉଦ୍ଦୀପନା ଲାଭ କରିବା ଫଳରେ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ, ଅଧିକ ଖେଳୁଆଡ଼୍ ଓ ଅଧିକ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ କେତେକ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ପୁତ୍ର କନ୍ୟାଙ୍କ ପ୍ରତି ପିତାମାତାଙ୍କ ବ୍ୟବହାର ବିଚିତ୍ରଭାବେ କାର୍ଯ୍ୟ କରେ । ପିତା କନ୍ୟାର ଶୃଙ୍ଖଳାହୀନତା ପ୍ରତି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସହନଶୀଳତା ଦର୍ଶାଇବା ସ୍ଥଳେ ମାତା ପୁତ୍ରର ବିଶୃଙ୍ଖଳତା ପ୍ରତ ସହନଶୀଳ ହୁଅନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଜୀବନର ଆଦ୍ୟ ଭାଗରେ ମାତା ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ବହୁଦିଗକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରୁଥିବାରୁ ପୁଅମାନେ ଅଧିକ ସ୍ୱାଧୀନତା ପାଇଥାଆନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ମା'ଙ୍କର ସହନଶୀଳ ମନୋବୃତ୍ତି ପୁଅର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ବ୍ୟବହାର ଦିଗରେ ବିଶେଷ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରେ ନାହିଁ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ବାଳିକାମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମୟ ଘରେ ରୁହନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ବାପମା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ବୟସ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ "କର" ଓ "କରନାହିଁ" ପରି ନିର୍ଦ୍ଦେଶସବୁର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ବାଳକମାନେ ଘର ବାହାରେ ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କ ମେଳରେ ଏକ ଉଦାର ପରିବେଶ ମଧ୍ୟରେ ସମୟ କଟାନ୍ତି । ନିର୍ଦ୍ଦେଶାତ୍ମକ କଥା ଶୁଣିବାର କମ୍ ଅବକାଶ ମିଳେ । ଏପରି ଏକ ପରିବେଶଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଭିନ୍ନତାର ବୀଜ ବପନ କରେ ।

ସୁତରାଂ ଜୀବଭିତ୍ତିକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପାର୍ଥକ୍ୟରୁ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିବା ଭିନ୍ନତା କେତେକ ସାମାଜିକ ସାଂସ୍କୃତିକ କାରଣ ଫଳରେ ଦୃଢ଼ୀଭୂତ ଏବଂ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇଥାଏ । ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ଅନ୍ୟ ଏକ ସଂକେତ ହେଉଛି ଯେ ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଓ ପରିବେଶଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ବିରୋଧ ଘଟାଇ ନାରୀପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରାକୁ ନଗଣ୍ୟ କରାଯାଇପାରେ ।

ସାମାଜୀକରଣର ଅନ୍ତରାଳରେ (ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନ ଓ କନ୍ୟା ସନ୍ତାନ ପ୍ରତି) ଭିନ୍ନ ଧରଣର ଶିଶୁପାଳନଭଙ୍ଗୀ

ବାଳକ (ପୁତ୍ରସନ୍ତାନ)	ବାଳିକା (କନ୍ୟାସନ୍ତାନ)
ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଓ ଶାସ୍ତିବିଧାନ	
ବାଳକମାନେ ସ୍ୱାଧୀନ, ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳ ଏବଂ କିଛି ପରିମାଣରେ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ମନୋଭାବାପନ୍ନ ହେବାପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯାଏ ।	ବାଳିକାମାନେ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଯତ୍ନଶୀଳ ଓ ଆଜ୍ଞାଧୀନା ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯାଏ ।
ନିର୍ଦ୍ଦେଶିତ କାର୍ଯ୍ୟ	
ଦୋକାନ ବଜାର କରିବା ପରି ବାହାରର କାମ ବୁଝିବାକୁ ଉତ୍ସାହ ଦିଆଯାଏ ।	ଘରେ ବିଛଣାପତ୍ର ସଜାଡ଼ିବା ଏବଂ ଛୋଟ ଛୋଟ ପିଲାମାନଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱ ନେବାପାଇଁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯାଏ ।
ସୂକ୍ଷ୍ମପାର୍ଥକ୍ୟ	
୧. ବାଳକମାନଙ୍କର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ସହ୍ୟ କରାଯାଏ ।	ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ସହ୍ୟ କରାଯାଏ ନାହିଁ ।
୨. ପୁଣି ମା' ବାଳକର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ବ୍ୟବହାର ଅଧିକ ସହ୍ୟ କରନ୍ତି ।	ପିତା ବାଳିକାର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ବ୍ୟବହାର ଅଧିକ ସହ୍ୟ କରନ୍ତି ।
୩. ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନକୁ ଭାରୀ ମନେ କରାଯାଇ ଏହାକୁ ଅଧିକ ହଲଚଲ କରାଯାଏ ।	ଶିଶୁକନ୍ୟାକୁ ଅଧିକ କୋମଳ (ଭାବପ୍ରବଣ) ମନେ କରାଯାଇ କମ ହଲଚଲ କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ଭୂମିକାର ଅତୀତ

ଅତୀତର ଅନୁଶୀଳନ ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟିର ଜନନୀ । ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅତୀତର ଘଟଣାକୁ ଏକ ନିର୍ଜୀବ ଶିଳା ରୂପେ ବିଚାର କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅତୀତର ଘଟଣା ପ୍ରବାହକୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସହିତ ସଂଯୁକ୍ତ କରି ଭବିଷ୍ୟତ ପାଇଁ ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଗଠନ କରିବା ବିଜ୍ଞତାର ପରିଚାୟକ । ବର୍ତ୍ତମାନ ନାରୀମାନଙ୍କର ଭୂମିକାର ଯଥେଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଛି । ଗତାନୁଗତିକତାରୁ ମୁକ୍ତ ହୋଇ ସେମାନେ ନୂଆ ନୂଆ ଭୂମିକା ଆବୋରି ନେଉଛନ୍ତି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ବିଫଳତା ମାପିବା ପୂର୍ବରୁ କେଉଁ ସ୍ଥାନରୁ ସେମାନଙ୍କର ଏ ପରିବର୍ତ୍ତନର ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା, ସେ ବିଷୟରେ କିଛିଟା ଧାରଣା ଆବଶ୍ୟକ । ବିଶ୍ୱରେ ଏବେ ମଧ୍ୟ ଗତାନୁଗତିକ ଗୋଷ୍ଠୀସବୁ ତିଷ୍ଠି ରହିଛି । ମୂଳ ପରମ୍ପରାର ଚାପ ସେଠାରେ ହୁଗୁଳା ହୋଇନାହିଁ । ସେସବୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଏବଂ ଇତିହାସକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରି ନାରୀମାନଙ୍କର ଭୂମିକା ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ଏସ୍କିମୋମାନଙ୍କ ପରି କେବଳ ଖାଇ ପିଇ ଜୀବନ ଧାରଣ କରୁଥିବା ସମାଜସବୁ ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହୋଇନାହିଁ । ଏପରି ସବୁ ସମାଜକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ନାରୀମାନଙ୍କର ପରମ୍ପରାଗତ ଭୂମିକା ସମ୍ପର୍କରେ ଅନୁମାନ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୁଏ ନାହିଁ । ପରମ୍ପରାର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ପୁରୁଷମାନେ ଜୀବନଧାରଣ (Subsistence) ପାଇଁ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ କାର୍ଯ୍ୟଗୁଡ଼ିକ କରିଥାନ୍ତି । ଶିକାର କରିବା, ମାଛ ଧରିବା, ଗୋମହିଷାଦି ପ୍ରାଣୀମାନଙ୍କୁ ଚରାଇବାକୁ ନେବା ଏବଂ ମହୁସଂଗ୍ରହ କରିବାର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ନାରୀମାନେ ଆଖପାଖରୁ ଫଳମୂଳ ସଂଗ୍ରହ କରନ୍ତି ।

ହସ୍ତକର୍ମରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ଭୂମିକାର ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ । ପୁରୁଷମାନେ ବିଭିନ୍ନ ଧାତୁ ବ୍ୟବହାର କରି ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି । ହାଡ଼, ଶିଙ୍ଗ, କାଠ ଓ ପଥର ବ୍ୟବହାର କରି ହସ୍ତଶିଳ୍ପ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି । ଗୃହନିର୍ମାଣ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । କେତେକ ସମାଜରେ ସୂତାବୁଣିବା କାର୍ଯ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ପାଦିତ ହୁଏ । ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଲୁଗାବୁଣିବା ଏବଂ ଟୋକେଇ ତିଆରି କରିବାରେ ବେଶି ଭାଗ ନିଅନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅବଶ୍ୟ ଜୀବନ ଧାରଣ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ (ଶିକାର, ଶସ୍ୟ ଉତ୍ପାଦନ ପାଇଁ ମାଟି ହାଣିବା ଏବଂ ମାଟିକୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ ରଖିବା) ବାଦ୍ ଦେଲେ ଜୀବନ ଧାରଣର ଗୌଣକାର୍ଯ୍ୟ ସବୁରେ ନାରୀର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ସୂଚିତ ହୁଏ । ଗୃହର ଯାବତୀୟ କାର୍ଯ୍ୟ ଗୋପାଳନ ଏବଂ ଶିଶୁପାଳନ ମୁଖ୍ୟତଃ ନାରୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ମୁଖ୍ୟତଃ ନାରୀମାନେ କରୁଥିଲେ ହେଁ ଜୀବହତ୍ୟାକରି ମାଂସର ଆୟୋଜନ କରିବାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଭାଗ ନିଅନ୍ତି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ପ୍ରଥମରୁ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହେଲା କାହିଁକି ? ଏହାର ଉତ୍ତର ଦେବାକୁ ଯାଇ ଦୁଇଟି କାରଣର ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି । ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଶାରୀରିକ ଶକ୍ତି । କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ପାଇଁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଶାରୀରିକ ଶକ୍ତି ଆବଶ୍ୟକ । ଶରୀରରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ସଂରକ୍ଷଣ ପ୍ରୟୋଜନ । ଅଳ୍ପ ସମୟରେ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇ ନ ପଡ଼ିବା ନିତାନ୍ତ ଦରକାର । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଶିକାର, କୃଷିକର୍ମ ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ କାମ ପୁରୁଷମାନେ କରିଥାନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହି କାରଣକୁ ବିରୋଧ କରୁ ନଥିବା ଅଥଚ ପରିପୂରକ ରୂପେ ବିଚାର କରାଯାଉଥିବା ଅନ୍ୟ କାରଣଟି ଅର୍ଥନୀତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟର ପାଖାପାଖି କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ପୁରୁଷମାନେ କରନ୍ତି ଏବଂ ନାରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟର ପାଖାପାଖି କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ନାରୀମାନେ କରନ୍ତି । ଏହା ଫଳରେ ପରିମିତ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ହୋଇପାରେ । ଅଯଥାରେ ଶକ୍ତି କିମ୍ବା ସମୟର ଅପଚୟ ଘଟେ ନାହିଁ ।

ଏ କାରଣ ଅନୁଯାୟୀ ପୁରୁଷମାନେ ଶିକାର ଓ କୃଷିକାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବାରୁ ଶିକାର ଓ କୃଷିକାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଅସ୍ତ୍ରଶସ୍ତ୍ର ଓ ହଳଲଙ୍ଗଳ ମଧ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତି । ମାଛ ଧରୁଥିବାରୁ ଆବଶ୍ୟକ ମାଛଧରା ଜାଲ ବୁଣନ୍ତି । କାଠକାମ କରୁଥିବାରୁ କାଠରେ ସଙ୍ଗୀତବାଦ୍ୟଯନ୍ତ୍ର ନିର୍ମାଣ କରନ୍ତି । ସେହିପରି ନାରୀମାନେ ଗୃହକର୍ମ କରୁଥିବାରୁ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ଥାନରେ ଗୋପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ ନିଅନ୍ତି । ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରୁଥିବାରୁ ଖାଦ୍ୟ ଓ ମାଂସର ସଂରକ୍ଷଣ ଦାୟିତ୍ୱ ମଧ୍ୟ ନିଅନ୍ତି ।

ବିଶ୍ଳେଷଣରୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁସବୁ ଭୂମିକା ଓ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା ସେସବୁ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଅବସ୍ଥାର ସୂଚକ ନୁହେଁ । ଆପାତତଃ କିଛିଟା କାରଣ ଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ପାରିବାରିକ ଅବସ୍ଥା ବଦଳୁଥିବାରୁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା ବଦଳିବା ଏବଂ ନୂତନ ଭୂମିକା ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ନାରୀଭୂମିକାର ଅତୀତ ଓ ବର୍ତ୍ତମାନ

	ନାରୀ	ପୁରୁଷ
ଅତୀତର ଜୀବିକା	ଫୁଲଫଳ ଓ ମଧୁସଂଗ୍ରହ ।	ଶିକାର
ହସ୍ତଶିଳ୍ପ	ଲୁଗାବୁଣିବା, ଘରକାମ, ରୋଷେଇ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ସୌଖୀନ କାର୍ଯ୍ୟ ।	ଗୃହନିର୍ମାଣ, କାଠ, ପଥର ଓ ଲୁହାକାମ
ଆଧୁନିକ ଜୀବନ	ତାରତମ୍ୟ ହ୍ରାସ ପାଉଛି ।	ତାରତମ୍ୟ ହ୍ରାସ ପାଉଛି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସ୍ତର

ଅଙ୍ଗ ଚାଳନା ଓ ଶାରୀରିକ ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟ ଆମ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଅଂଶ । ଜୀବନର ବିକାଶ ଶାରୀରିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ ଦେହର ବୃଦ୍ଧି ଓ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏହି ବିକାଶ ସମ୍ପର୍କରେ କିଛିଟା ସୂଚନା ଦିଏ । ଅବଶ୍ୟ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସ୍ତର ଓ ଦକ୍ଷତାକୁ ମାପିବା ପାଇଁ କୌଣସି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ମାପକ ନାହିଁ । ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଶକ୍ତି ବ୍ୟୟ କରିବାର କ୍ଷମତାକୁ ଏହାର ମୁଖ୍ୟ ସୂଚକ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ବାଳକବାଳିକା ଏବଂ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସ୍ତର (Activity level) କ୍ଷେତ୍ରରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନେ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନିମ୍ନ ସ୍ତରରେ ରହିଥିବାର ସୂଚନା ପ୍ରାୟ ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ଏହା ସତ୍ତ୍ୱେ କେତୋଟି ପ୍ରଶ୍ନର ସଠିକ ଉତ୍ତର ବେଶ୍ କୌତୂହଳପୂର୍ଣ୍ଣ । କେଉଁ ବୟସରେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟର ସୂତ୍ରପାତ ହୁଏ ? କେଉଁ କେଉଁ ଅବସ୍ଥା ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ ? କେଉଁ କେଉଁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ? ଏହି ପ୍ରଶ୍ନଗୁଡ଼ିକର ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ଉତ୍ତର ଅନ୍ୱେଷଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ଅଧିକାଂଶ ଗବେଷକ ମତ ଦିଅନ୍ତି ଯେ ଜରାୟୁରେ ଥିବା ସମୟରେ ବାଳକ ବାଳିକା ମଧ୍ୟରେ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ସ୍ତରରେ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନଥାଏ । ମାତ୍ର ଜନ୍ମ ହେବାପରେ ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ବାଳକଟି ଅଧିକ ସକ୍ରିୟତା ଦର୍ଶାଏ । ତଥାପି ଏହାର ପରିମାଣ କମ୍ ଥାଏ । ସୂକ୍ଷ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ନକଲେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ସହଜରେ ଆଖିରେ ଧରାପଡ଼େ ନାହିଁ ।

ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟ (୩ ବର୍ଷଠାରୁ ୫ ବର୍ଷ ବୟସର ସୀମା) ସ୍ତରରେ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ବାଳିକାମାନେ ମାନସିକ ଚାପର ଶରବ୍ୟ ହେଲେ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇଉଠନ୍ତି । ବାଳକମାନଙ୍କର ଏପରି ନିଷ୍କ୍ରିୟତାର ପରିମାଣ କମ୍ । ଅଳ୍ପ ବୟସର ଝିଅ ପାଖରୁ ମା ଦୂରେଇ ଗଲେ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ କୌଣସି ଅପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତି ସେ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ହଠାତ୍ ଚାଲିଆସିଲେ ଝିଅଟି ଚୁପଚାପ ହୋଇଯିବା ଦେଖାଯାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ସମବୟସର ବାଳକଟି ଏପରି ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇ ନଥାଏ । ବରଂ ଏକ ଅପରିଚିତ ପରିବେଶରେ ବାଳକଟି ଅଧିକ ଅନୁସନ୍ଧିତ୍ସୁ ହୋଇ ପରିବେଶଟିରେ ଅନ୍ୱେଷଣଧର୍ମୀ (Exploratory) ବ୍ୟବହାର ଦର୍ଶାଏ । ବୟସର ବୃଦ୍ଧିସହିତ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାକୁ ଲାଗେ । ନାରୀ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଶାରୀରିକ କ୍ରିୟାକଳାପର ମାତ୍ରାର ବ୍ୟବଧାନ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପୁରୁଷର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟସ୍ତର ମୂଳରେ ହରମୋନ୍ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ଉପାଦାନର ଭୂମିକା ଅବଶ୍ୟ ସ୍ୱୀକାର୍ଯ୍ୟ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ, ଶୈଶବରୁ ଆରମ୍ଭକରି ପିତାମାତା ଏବଂ ବୟସ୍କମାନଙ୍କର ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟର ଉନ୍ମେଷ ଓ ବୃଦ୍ଧି ଦିଗରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ପ୍ରଥମତଃ ପିତାମାତା ଓ ବୟସ୍କମାନେ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାଠାରୁ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ନେଇ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖନ୍ତି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ପୁଅ ପିଲାମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ ବୟସରେ ଦୌଡ଼ିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବେ ବୋଲି ସେମାନେ ଆଶା ରଖନ୍ତି । ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳକଟି ଅଗ୍ରଣୀ ହେବ ବୋଲି ଆଶା କରନ୍ତି ।

ପୁତ୍ରକନ୍ୟାର ଶାରୀରିକ ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍କରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖିବା ସହିତ ପିତାମାତା ସେହି ଅନୁସାରେ ଲାଳନ ପାଳନ ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି । ଦୌଡ଼ା ଦୌଡ଼ି ଖେଳ ଝିଅ ତୁଳନାରେ ପୁଅ ସହିତ ଶୀଘ୍ର ଆରମ୍ଭ କରାଯାଏ । ଶରୀର-ଭିତ୍ତିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପକୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବା, ବାହାରର କାମକୁ ଉତ୍ସାହ ଦେବା ଏବଂ ଶାରୀରିକ ଶକ୍ତିବ୍ୟୟର ଉପଭୋଗ କରୁଥିବା ଖେଳସବୁର ତାଲିମ ଦେବା ମାଧ୍ୟମରେ ବାଳକକୁ ଅଧିକ ପରିବେଶ ଯୋଗାଇ ଦିଆଯାଏ । କୈଶୋର ଜୀବନରେ କିଶୋର କିଶୋରୀ ମଧ୍ୟରେ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟସ୍ତରର ପ୍ରଭେଦ ବୃଦ୍ଧିପାଏ ।

କୈଶୋର ଜୀବନ ପରେ ମଧ୍ୟ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟସ୍ତରୀୟ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ପୁରୁଷର ରହିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ନାରୀମାନେ ଗତାନୁଗତିକ ଜୀବିକାର ସୀମା ଭାଙ୍ଗି ନୂଆନୂଆ ଜୀବିକା (ଯଥା-ମୋଟର ଚାଳନା ଇତ୍ୟାଦି) ଗ୍ରହଣ କରିଥିବାରୁ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ବ୍ୟବଧାନ କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ପାଇବାର ଆଶା କରାଯାଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟାଶାର ଭିନ୍ନ ରୂପ

କାର୍ଯ୍ୟ	ପୁତ୍ର	କନ୍ୟା
୧. ଏକାଠି କାମ କରିବା	୮ ବର୍ଷ ସମୟ	୧୪ ବର୍ଷ ୨ ମାସ
୨. ବନ୍ଧୁ/ବାନ୍ଧବୀଙ୍କୁ ନିମନ୍ତ୍ରଣ	୬ ବର୍ଷ ୮ ମାସ	୧୦ ବର୍ଷ ୧୦ ମାସ
୩. ବନ୍ଧୁ/ବାନ୍ଧବୀଙ୍କ ଘରକୁ ବୁଲିଯିବା	୬ ବର୍ଷ ୧୦ ମାସ	୧୧ବର୍ଷ ୧ ମାସ
୪. ଏକାଠି ଖେଳିବା	୫ ବର୍ଷ ୫ ମାସ	୮ ବର୍ଷ ୪ ମାସ
୫. ସମ୍ମାନ ପ୍ରଦର୍ଶନ	୪ ବର୍ଷ ୩ ମାସ	୫ ବର୍ଷ ୪ ମାସ
୬. ବୟସ୍କଙ୍କ ସହିତ ପରାମର୍ଶ	୯ ବର୍ଷ ୮ ମାସ	୧୩ ବର୍ଷ ୬ ମାସ
୭. ବୟସ୍କଙ୍କ ଅନୁପସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟ-ନିମଗ୍ନ ରହିବା	୮ ବର୍ଷ ୨ ମାସ	୧୦ ବର୍ଷ ୬ ମାସ
୮. ପାଠ ଆଲୋଚନା	୧୧ ବର୍ଷ ୧୦ ମାସ	୧୫ ବର୍ଷ ୧୦ ମାସ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ ପିତାମାତାମାନେ ନିଜର ପୁତ୍ରକନ୍ୟାମାନଙ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖନ୍ତି । ଲେଖକଙ୍କର ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ମିଳିଥିବା ପ୍ରତ୍ୟାଶାର ଫଳାଙ୍କ ଉପରେ ଦିଆଯାଇଛି । ଯେଉଁ ବୟସରେ ଏହି ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରାଯାଏ, ତାହା ସୂଚିତ ହୋଇଛି । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ : ବାଳକ ବା ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନ ଜନ୍ମର ୫ ବର୍ଷ ୬ ମାସ ପରେ ସ୍ୱାଧୀନ ଭାବରେ ଖେଳାଖେଳି କରିବାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଇପାରିବା ସ୍ଥଳେ ଗୋଟିଏ ବାଳିକା ବା କନ୍ୟା ସନ୍ତାନ ଜନ୍ମର ୮ ବର୍ଷ ୪ ମାସ ବେଳକୁ ଏହା ଆଶା କରାଯାଏ । ମୂଳତଃ ପୁତ୍ର ସନ୍ତାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିତାମାତାଙ୍କର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଉଚ୍ଚତର (କମ୍ ବୟସରେ ସେପରି ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଜନ୍ମ ନିଏ) ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶାରୀରିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ କାହିଁକି ?

କେବଳ ମନୁଷ୍ୟ ନୁହେଁ, ସ୍ତନ୍ୟପାୟୀ ପ୍ରାଣୀଜଗତରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଶରୀର ଗଠନର ବହୁ ପାର୍ଥକ୍ୟ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ସମାଜ ଓ ସଂସ୍କୃତି ଭେଦରେ ଏହି ସବୁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା କମ୍ ବା ବେଶୀ ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସାମାଜିକ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବେଶରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବହୁ ଶାରୀରିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଆମ ଆଖିରେ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଡେଙ୍ଗା ହୁଅନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କଙ୍କାଳ ଅଧିକ ଭାରୀ । ସେମାନେ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଅମ୍ଳଜାନ ଧାରଣ କରିପାରନ୍ତି ଏବଂ ଏହା ଫଳରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସମୟ କ୍ଲାନ୍ତ ନ ହୋଇ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟସବୁ କରିପାରନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଓଜନ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ହାତ ମୁଠାର ଶକ୍ତି ଏବଂ ବାହୁର ଶକ୍ତି ଅଧିକ । ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଆକାର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ବଡ଼ ହୋଇଥିବାରୁ ଅଧିକ ପରିମାଣର ଅମ୍ଳଜାନ ଗ୍ରହଣ କରି ବେଶୀ ସମୟ ବ୍ୟାୟାମ କରିପାରନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ନାରୀମାନଙ୍କର ତଳିପେଟର ନିମ୍ନଅଂଶ (Pelvis)ଟି ବଡ଼ । ନାରୀମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅଧିକ ଚର୍ବି ଲାଗିଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଶରୀର ଗଠନରେ ପାର୍ଥକ୍ୟସବୁ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନେବାର କେତେକ ପର୍ଯ୍ୟାୟ ରହିଛି । ନବଜନ୍ମିତ ବାଳକ ଓ ବାଳିକା ମଧ୍ୟରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଥାଏ । ନବଜନ୍ମିତ ବାଳକ ଶିଶୁ ସାମାନ୍ୟ ଅଧିକ ଭାରୀ ହୋଇଥାଏ । ବାଲ୍ୟ କାଳରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଆଖିରେ ପଡ଼େ ନାହିଁ ।

କୈଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନିଏ । ବାଳିକାମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପ୍ରାୟ ଏକ ବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଯୌବନରେ ପଦାର୍ପଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ପ୍ରାୟ ଦୁଇବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ଏହି ଅନୁଭୂତିର ଶୀର୍ଷରେ ପହଞ୍ଚିଥାଆନ୍ତି । ଏହି ସମୟରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତା ମଧ୍ୟ ଦ୍ରୁତଗତିରେ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ସେମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଡେ଼ଙ୍ଗା ହୁଅନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଏପରି ଶାରୀରିକ ଉଚ୍ଚତା ବୃଦ୍ଧି ହଠାତ୍ ବନ୍ଦ ହୋଇଯାଏ । ବାଳକମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ବୃଦ୍ଧି ଚାଲୁରହେ । ପୂର୍ବ ଆଲୋଚନା ଅନୁଯାୟୀ ପୁରୁଷମାନେ ବହୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଦର୍ଶାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନରେ ଏପରି ସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଓ ନାରୀ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଆକୃତିଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରାଯାଇଛି । ହରମୋନ୍ (Hormone)

Digitized by srujanika@gmail.com

ବ୍ୟବହାରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କଲାପରି ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ (Androgen) ଏବଂ ନାରୀମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ (Estrogen) କ୍ଷରିତ ହୁଏ ।

କୈଶୋର ସମୟର ଆରମ୍ଭ ବେଳକୁ ବାଳକମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍‌ର ପ୍ରଭାବ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରେ । ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ପ୍ରୋଟିନ ସଂଶ୍ଳେଷଣର ସହାୟକ ହୋଇଥିବାରୁ ବାଳକମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅଧିକ ଅସ୍ଥିଗଠନ ଓ ପେଶୀ ଗଠନ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ସମ୍ଭବତଃ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ବାଳକମାନଙ୍କ ଶରୀରରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ଲୋହିତ ରକ୍ତ କଣିକା ଗଠନ କରେ ଓ ଲୋହିତ ରକ୍ତ କଣିକାସବୁ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ସଂରକ୍ଷଣ କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ କ୍ଷରିତ ହେଉଥିବା ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍‌ର ପ୍ରଭାବ ଭିନ୍ନ ଧରଣର ହୋଇଥାଏ । ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତା ବୃଦ୍ଧି ବନ୍ଦ ହୁଏ ଏବଂ ଶରୀରରେ ଚର୍ବିର ପରିମାଣ ବୃଦ୍ଧିପାଏ ।

ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ଓ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ପରି ଦୁଇଟି ପୃଥକ୍ ହରମୋନ୍‌ର ପ୍ରଭାବରେ ବାଳକ ବାଳିକା ତଥା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଶାରୀରିକ ତାରତମ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ, କେତେକ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟସବୁକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଖେଳ, ଦୌଡ଼, ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଦିଗରେ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହୁଅନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ପିତାମାତା, ଶିକ୍ଷକଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଏବଂ ଉପଦେଷ୍ଟାମାନେ ଶରୀର ଚାଳନାକୁ ଅଧିକ ଉତ୍ସାହିତ କରନ୍ତି । ଫଳରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତା, ଓଜନ ଓ ଶକ୍ତି ବଢ଼ିପାରେ । ବ୍ୟାୟାମ ଓ ଖେଳକୁଦ ଯେ ଏସବୁକୁ ଅଭିବୃଦ୍ଧି କରେ, ତାହାର ପ୍ରମାଣ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । କ୍ରୀଡ଼ାଗତ ଓ ବିଭିନ୍ନ କ୍ରୀଡ଼ାର ଅଭ୍ୟାସ କରୁଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ବିଶେଷ ଶାରୀରିକ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁ ନଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଶାରୀରିକ ଶକ୍ତିର ପ୍ରମାଣ ଦେଇଥାନ୍ତି ।

ପରିବେଶଗତ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ବ୍ୟତୀତ ନାରୀ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଶରୀରଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ପଛରେ ବିବର୍ତ୍ତନ ଧାରାର ମଧ୍ୟ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଯୌବନ ପ୍ରାପ୍ତି ପରେ ଗର୍ଭଧାରଣ ଓ ସନ୍ତାନଟି ଜରାୟୁରେ ତିଷ୍ଠି ରହିବା ଏବଂ ଖାଦ୍ୟ ପାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ତଳିପେଟର ନିମ୍ନଅଂଶ ବଡ଼ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପୁରୁଷାନୁକ୍ରମେ ଏହାର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଜୈବିକ୍ ସଂକେତ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ରୋମଜୋମରେ ରହିଅଛି । ସେହିପରି ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ଓ କ୍ରୋଧୀ କରିଥାଏ । ସମ୍ଭବତଃ ପ୍ରଜନନରେ ସଫଳତା ହାସଲ ପାଇଁ ଏହାର ଉପଯୋଗିତା ରହିଛି । ମୋଟଉପରେ ମନୁଷ୍ୟ ତିଷ୍ଠି ରହିବା ଏବଂ ବଂଶ ବିସ୍ତାରର ସମ୍ଭାବନାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପ୍ରକୃତି ବିବର୍ତ୍ତନ ମାଧ୍ୟମରେ କେତେକ ପ୍ରଭେଦ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଶାରୀରିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ

ବିକାଶ ଭିତ୍ତିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ	
ପୁରୁଷ	ନାରୀ
▫ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦୀର୍ଘାକୃତି ।	ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଖର୍ବାକୃତି ।
▫ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଅସ୍ଥି (ହାଡ଼)	ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ପରିମାଣର ଅସ୍ଥି ।
▫ ଅଧିକ ପରିମାଣର ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସ ନେଲାଭଳି ଛାତି	
▫ ଅଧିକ ଅସ୍ଥିଯୋଗୁଁ ବେଶୀ ଓଜନ ।	ଅଧିକ ଚର୍ବି, କିନ୍ତୁ କମ୍ ଓଜନ ।
▫ ବାହୁରେ ଅଧିକ ଶକ୍ତି ।	ବାହୁରେ କମ୍ ଶକ୍ତି ।
▫ ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ର ଓ ଫୁସ୍‌ଫୁସ୍‌ର ଆକାର ବଡ଼ ।	ଆକାରରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଛୋଟ ।
▫ ରକ୍ତରେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଅମ୍ଳଜାନ ।	
▫ ଧରି ରଖିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ।	ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ସାମର୍ଥ୍ୟ ।
ଶୈଶବ :	
▫ ବାଳକ ଶିଶୁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଭାରୀ ।	ବାଳିକା ଶିଶୁ କମ୍ ଓଜନର ।
ବାଲ୍ୟ :	
▫ ଓଜନରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନାହିଁ ।	
କୈଶୋର :	
▫ ବାଳକମାନେ ପଛେଇ ରୁହନ୍ତି ।	ବାଳିକାମାନେ ଆଗେଇ ରୁହନ୍ତି । (ପ୍ରାୟ ଦୁଇବର୍ଷ)
ପ୍ରଭେଦର କାରଣ :	
▫ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ହରମୋନ ଅସ୍ଥି ଏବଂ ମାଂସପେଶୀକୁ ଦୃଢ଼ କରେ ।	ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ହରମୋନ୍ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ଅନ୍ୟପ୍ରକାରରେ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ।
▫ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ ବାଳକମାନଙ୍କର ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବ ସଞ୍ଚାର କରେ ।	ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ହରମୋନ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ ଭାବକୁ ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।
ବିବର୍ତ୍ତନ-ଭିତ୍ତିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ	
▫ ପୁରୁଷମାନେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ହୁଅନ୍ତି ।	ନାରୀମାନେ ସନ୍ତାନ ଧାରଣ ପାଇଁ ଅନୁରୂପ ଶରୀର ଗଠନ ଲାଭ କରନ୍ତି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ମାନଚିତ୍ର ଦେଖି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନରେ ପହଞ୍ଚିବାର ଦକ୍ଷତା

ପୂର୍ବ ତୁଳନାରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ କାର୍ ଚଳାଉଥିବାର ଦେଖାଯାଉଛି । ଖୁବ୍ ବେଶୀ ସଂଖ୍ୟକ ବାଳିକା ଓ କିଶୋରୀ ସାଇକେଲ ଓ ସ୍କୁଟି ଚଳାଇବା ଆଖିରେ ପଡୁଛି । ମାତ୍ର ଏସବୁ ସତ୍ତ୍ୱେ ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ଓ ସ୍ଥାନର ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ଜ୍ଞାନକୌଶଳର ମାତ୍ରା ନାରୀମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ଥିବାର ଜଣାପଡ଼େ । କେଉଁ ରାସ୍ତା ଦେଇ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଘରକୁ ଆସିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ତାହା କୁହାଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକାଂଶ ନାରୀ ଭୁଲ୍ ବାଟରେ ଆସିବାର ତ୍ରୁଟି କରନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସ୍ଥାନକୁ ଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପୁନର୍ବାର ଯିବାବେଳେ ସହଜ ବାଟରେ ନଯାଇ ସମୟ ନଷ୍ଟ କରନ୍ତି । ବସ୍ତୁ ଓ ସ୍ଥାନସବୁ ମଧ୍ୟରେ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କୀୟ ଜ୍ଞାନ, ଦିଗ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ଧାରଣା ଏବଂ ଖାଲି ରହିଥିବା ଜାଗାର ପରିମାଣ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସ୍ଥାନଗତ ଦକ୍ଷତା (spatial ability) କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଦକ୍ଷତା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

ଗୋଟିଏ ଶତାବ୍ଦୀରୁ ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ପ୍ରାଚ୍ୟ ଓ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ବିଭିନ୍ନ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ମାପକସବୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଛି । ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ବୁଦ୍ଧିର ପରିମାଣ ନେଇ ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନାହିଁ । ତେବେ ଅଧିକାଂଶ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ମାପକରେ କିଛି ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ଭାଷାଗତ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଅଂଶଟି କାର୍ଯ୍ୟଭିତ୍ତିକ (Performance Test) । ପୁଣି କାର୍ଯ୍ୟଭିତ୍ତିକ ମାପକ ମଧ୍ୟରେ କେତୋଟି ସ୍ଥାନଗତ ଦକ୍ଷତା ମାପ କରିଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ ଆକୃତିର କାର୍ଡ଼ବୋର୍ଡ଼କୁ ଏକତ୍ର କରି ଗୋଟିଏ ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ବସ୍ତୁର (ଯଥା : ହାତୀର) ମଡ଼େଲ ତିଆରି କରିବା ଏ ଧରଣର ମାପକ । ବହୁ ପରୀକ୍ଷାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ସମପରିମାଣର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ଭାଷାଭିତ୍ତିକ ବୁଦ୍ଧିରେ ଆଗୁଆ ରହିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନେ ସ୍ଥାନଗତ ଦକ୍ଷତା Spatial Visualରେ ଅଗ୍ରଣୀ ରୁହନ୍ତି । ପୁଣି କୈଶୋର ସମୟରେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ।

ଏକଥା ମଧ୍ୟ ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଯେ ସ୍ଥାନ ଓ ଅବସ୍ଥିତିରେ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ରହିଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ କ୍ରମଶଃ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ପ୍ରାୟ ତିରିଶ ବର୍ଷ ତଳେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହିଥିଲା ତାହା ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ତଥାପି ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବର୍ତ୍ତମାନ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଏପରି ଦକ୍ଷତା ଅଧିକ ହେବାର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକାଧିକ ମତଦାନ ରହିଛି । ବିବର୍ତ୍ତନୀୟ (Evolutionary) ମତବାଦଟି ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣୀୟ ମନେହୁଏ ।

ବିବର୍ତ୍ତନୀୟ ମତବାଦ ଅନୁଯାୟୀ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭୂମିକା ନେଇ ଆଦିମ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିଥିଲେ । ମନୁଷ୍ୟ ସଭ୍ୟତାର ପ୍ରଥମ ପାଦରେ ପୁରୁଷମାନେ ଶିକାରୀର ଜୀବନ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନେ ଫଳସଂଗ୍ରହ କରି ଜୀବନ ଧାରଣ କରୁଥିଲେ । ଶିକାର କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ କେତେକ କୌଶଳର ଉନ୍ମେଷ ଓ ବିକାଶ ନିତାନ୍ତ ଜରୁରୀ । ଶିକାରୀ ହେବାପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନର ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଦିଗସବୁ ସମ୍ପର୍କରେ ଧାରଣା ଆବଶ୍ୟକ । ଶିକାର କେତେ ଦୂରରେ ରହିଛି, ତାହା ନ ଜାଣିଲେ ଅସ୍ତ୍ର ନିକ୍ଷେପ ସଠିକ ହେବ ନାହିଁ । ମୋଟ ଉପରେ ଦକ୍ଷ ଶିକାରୀ ହେବାପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ସ୍ଥାନ-ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କୀୟ ଜ୍ଞାନ କୌଶଳ ପୁରୁଷମାନେ ଲାଭ କଲେ । କହିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ଯେ ପୁରୁଷ ଆହରଣ କରିଥିବା ଏପରି କୌଶଳସବୁ ତାର ମସ୍ତିଷରେ ଗଚ୍ଛିତ ହୋଇ ରହିଆସିଛି । ମସ୍ତିଷର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଂଶ ବିଶେଷ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ ସହିତ ସମ୍ପୃକ୍ତ ହୋଇଥିବାରୁ ପୁରୁଷର ସ୍ନାୟୁ ଓ ମସ୍ତିଷ ସ୍ତରରେ ଅନୁରୂପ ପରିବର୍ତ୍ତନ ହୋଇଛି ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ଆଦିମ କାଳରେ ଫଳମୂଳ ସଂଗ୍ରହ କରିବାର ଭୂମିକା ବାଛିନେବାରୁ ସେମାନଙ୍କ ବିକାଶର ଧାରା ଭିନ୍ନ ରୂପ ଗ୍ରହଣ କଲା । ଫଳସବୁର ନାମ ମନେରଖିବା ଭଳି ସ୍ମୃତିଶକ୍ତି (Location Memory) ନାରୀମାନଙ୍କର ପ୍ରଖର ହେଲା । ମସ୍ତିଷ ସ୍ତରରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅନୁରୂପ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଲା ।

ତିନୋଟି କାରଣରୁ ଏହି ମତବାଦଟି ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ମନେହୁଏ । ପ୍ରଥମତଃ, ଆଦିମ ଯୁଗରେ ନାରୀ ପୁରୁଷର ଭୂମିକା ନେଇ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବର୍ତ୍ତମାନ ନାରୀ ପୁରୁଷର କାର୍ଯ୍ୟଗତ ବ୍ୟବଧାନ ଯଥେଷ୍ଟ ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ସେହିପରି ସ୍ଥାନ-ଅବସ୍ଥିତିଗତ ଦକ୍ଷତାରେ ମଧ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା କମିଛି । ତିରିଶ ବର୍ଷ ତଳେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଯାହା ଥିଲା ଏବେ ତାହା ଆଉ ନାହିଁ । ତଥାପି କିଛିଟା ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ସମ୍ଭବତଃ ଆଉ କିଛି ଦଶକ ପରେ ବ୍ୟବଧାନ ପୂରାପୂରି ଚାଲିଯିବ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, କେତେକ ଗୋଷୀରେ ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କର ଭୂମିକା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମାନ୍ୟ ବ୍ୟବଧାନ ଥାଏ । ବିଶେଷ କରି ସାପୁଆକେଳା ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ପରି ବାଟଘାଟରେ ଛୋଟକାଟିଆ ମନୋରଞ୍ଜକ ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖାଇ କ୍ଲେଷେମଷ୍ଟେ ଜୀବନ ଧାରଣ କରୁଥିବା ଗୋଷୀସବୁରେ ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବିଶେଷ ତାରତମ୍ୟ ନଥାଏ । ଏପରି ସବୁ ଗୋଷୀରେ ପୁରୁଷମାନେ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ସ୍ତ୍ରୀଲୋକମାନେ ମଧ୍ୟ କରନ୍ତି । ଦେଖାଯାଇଛି

Digitized by srujanika@gmail.com

ଯେ ଏପରିସବୁ ସମ୍ପ୍ରଦାୟରେ ନାରୀମାନେ ସମାନ ସ୍ତରର ସ୍ଥାନ ଅବସ୍ଥିତି ଦକ୍ଷତା ଦର୍ଶାଇ ଥାଆନ୍ତି ।

ତୃତୀୟତଃ, ଶରୀର ଭିତ୍ତିରେ ନାରୀ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ନାରୀତ୍ୱ ଓ ପୁରୁଷତ୍ୱକୁ ସମନ୍ୱିତ କରୁଥିବା ମହିଳାମାନେ ସ୍ଥାନ ଓ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କିତ ଦକ୍ଷତାରେ ପଛୁଆ ନଥାନ୍ତି । ନିଜର ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ଓ କୌଶଳ ଆହରଣ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଅସମତାକୁ ଦୂର କରିଥାନ୍ତି । ମୂଳତଃ ଅତୀତରେ ବିବର୍ତ୍ତନର ଚାପରେ ଆଲୋଚିତ ଦକ୍ଷତା ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସାମାନ୍ୟ ଅଧିକା ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସାମାଜିକ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ନାରୀପୁରୁଷର କାର୍ଯ୍ୟଗତ ସମତ୍ୱ ଧୀରେ ଧୀରେ ଏ ପ୍ରକାର ବ୍ୟବଧାନ ଦୂର କରି ସମସ୍ତରୀୟ ଦକ୍ଷତା ବିକାଶ ଆଡ଼କୁ ଆଗେଇ ନେଉଛି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା

ଗଣିତ ବିଦ୍ୟାରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ପାରଦର୍ଶିତା କେବଳ ଏକ ପାଠ ବିଷୟର ଦକ୍ଷତା ନୁହେଁ । ଏହା ଏକ ବୃହତ୍ତରଶ୍ରେଣୀୟ ଦକ୍ଷତା । ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଏଥିରେ ପ୍ରକଟିତ । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ଗଣିତରେ ଦକ୍ଷତା ଦର୍ଶାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ କେତେଗୁଡ଼ିଏ କର୍ମ ସମ୍ପାଦନାରେ ସଫଳତା ଦର୍ଶାଇଥାଏ । ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା, ବିଜ୍ଞାନ, ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ, ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟା ଓ ବୈଷୟିକ କର୍ମକୌଶଳ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ । ବିସ୍ତୃତ ଦକ୍ଷତାର ସୂଚକରୂପେ ଗାଣିତିକ ଜ୍ଞାନ ସଦାସର୍ବଦା ଅନୁଶୀଳନର ବିଷୟ ହୋଇଛି ।

ନାରୀର ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍କରେ ସେ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କୌତୂହଳ ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ସାଧାରଣଭାବେ ବିଚାର କଲେ ଅନେକ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଭାଷା ଦକ୍ଷତାର ଅଧିକାରୀ ହେବାସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନେ ବେଶୀ ମାତ୍ରାରେ ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତାର ଅଧିକାରୀ । ଅତୀତରେ ସ୍କୁଲ କଲେଜରେ ପାଠ୍ୟବିଷୟ ଗଣିତ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ସଫଳତା ବିଫଳତାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପରେ ପରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କର ବିଧିବଦ୍ଧ ଗବେଷଣା ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତକୁ ଦୃଢ଼ କଲା । ବିଂଶ ଶତକର ମଧ୍ୟଭାଗ ବେଳକୁ ଯେଉଁ ସବୁ ଚିତ୍ର ମିଳିଲା ସେଥିରୁ ଦେଖାଗଲା ଯେ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରରେ ବାଳିକାମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ପଛୁଆ ରହୁଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ଉଚ୍ଚବିଦ୍ୟାଳୟ ଶ୍ରେଣୀମାନଙ୍କରେ ବାଳକମାନଙ୍କର ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତାର ବ୍ୟବଧାନ ବୃଦ୍ଧିପାଉଛି ଏବଂ ପ୍ରାକ୍‌ଯୌବନ କାଳରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରସରତା ବଜାୟ ରହୁଛି ।

ଅବଶ୍ୟ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ଯେ ଅତୀତରେ ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ସାମ୍ପ୍ରତିକ ରୂପରେଖ କିପରି ରହିଛି ? ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର କରାଯାଇ ଏବେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଉଛି ଯେ ଦକ୍ଷତାର ବ୍ୟବଧାନର ମାତ୍ରା କ୍ରମଶଃ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ତଥାପି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଗଣିତଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପଛୁଆ ରହିଛନ୍ତି । କେଉଁ ବୟସରେ ଏପରି ବ୍ୟବଧାନ ସ୍ପଷ୍ଟରୂପ ନେଉଛି, ସେ ବିଷୟରେ ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପବୟସରେ ଏପରି ବ୍ୟବଧାନ ଅସ୍ପଷ୍ଟ ରହିଛି । ବ୍ୟବଧାନ ନାହିଁ କହିଲେ ଚଳେ । ମାତ୍ର ଦଶ ଏଗାର ବର୍ଷ ବେଳକୁ ବାଳକମାନେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବାଳିକାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଅଗ୍ରସରତା ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି । ହିସାବ (Computation) ପରି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସରଳ ଗାଣିତିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବାଳିକାମାନେ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ବାଳକମାନଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ପାରଙ୍ଗମ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଗାଣିତିକ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳକମାନେ ଅଗ୍ରଣୀ ରହୁଛନ୍ତି । ସ୍କୁଲ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଏପରି ଅଗ୍ରସରତା ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରେ ଅଧିକ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ହେଉଛି ।

ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ଦକ୍ଷତା ଅଭାବର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରାଯାଇଛି । ଅତୀତରେ କେହିକେହି ବିଶେଷଜ୍ଞ ଏପରି ଦକ୍ଷତା ନାରୀମାନଙ୍କ ଜିନ୍‌ରେ ନାହିଁ ବୋଲି କହି ପ୍ରକୃତ ପ୍ରଶ୍ନଟିକୁ ଏଡ଼ାଇ ଯାଉଥିଲେ । ମାତ୍ର ବର୍ତ୍ତମାନର ବିଧିବଦ୍ଧ ଗବେଷଣା ଏବଂ ନାରୀ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରମଶଃ ହ୍ରାସ ପାଉଥିବା ଦକ୍ଷତା-ବ୍ୟବଧାନକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ମାନସିକ ଓ ସାମାଜିକ କାରଣ ସବୁ ଏହାର ଉତ୍ସ ହୋଇଥିବାର ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ।

ମାନସିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନିଜକୁ କିପରି ବିଚାର କରୁଛି, ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତା'ର କେତେ ପରିମାଣରେ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି ଏବଂ ଗାଣିତିକ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କଲାବେଳେ କେତେମାତ୍ରାରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ଅନୁଭବ କରୁଛି – ଏଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ । ଏତଦ୍‌ବ୍ୟତୀତ, ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ ହେଉଛି - ନାରୀ ଗଣିତକୁ ଏକ ପୁରୁଷ-ପ୍ରଧାନ ପାଠ୍ୟବିଷୟ ବା ଦକ୍ଷତା-କ୍ଷେତ୍ର ବୋଲି ବିଚାର କରୁନାହିଁତ ?

ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନସମୂହର ଉତ୍ତର ପାଇବା ପାଇଁ କରାଯାଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ନାରୀ ନିଜକୁ ଯେଉଁସବୁ ଦକ୍ଷତାର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ନିଜେ ବିଚାର କରେ, ସେପରି ତାଲିକାରେ ନାରୀର ଆତ୍ମ-ସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ । ଏପରି ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ କମ ଥିବାରୁ ଗାଣିତିକ ସମସ୍ୟା ସାମାଧାନ ସମୟରେ ଅଯଥା ଉଦ୍‌ବେଗ (Anxiety) ସୃଷ୍ଟି ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ବ୍ୟକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟକୁ ଠିକ୍‌ଭାବେ କରିପାରିବ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ରଖିଲେ ଉଦ୍‌ବେଗ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବିଫଳତାର ଆଶଙ୍କା ଥିଲେ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶପାଏ ଏବଂ ମାତ୍ରାଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗ ବିଫଳତାର ମାତ୍ରାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ ।

ଅଧିକନ୍ତୁ ବହୁତସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ ବିଚାର କରନ୍ତି ଯେ ଗଣିତ ହେଉଛି ଏକ ପୁରୁଷପ୍ରଧାନ ବିଷୟ । ଅବଶ୍ୟ ଏପରି ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି ହେବା ମୂଳରେ ସମାଜରେ ପ୍ରଚଳିତ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା (STEREOTYPE) ସକ୍ରିୟ ଥାଏ । କାରଣ ଯାହା ହେଉନା କାହିଁକି, ନାରୀମାନେ ଧରି ନିଅନ୍ତି ଯେ ଗଣିତଜ୍ଞାନ ଏକ ପୁରୁଷୋଚିତ ଦକ୍ଷତା । ସୁତରାଂ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିବାର ଅଭିପ୍ରେରଣା ସୀମିତ ରହେ । ନାରୀମାନଙ୍କର ସୀମିତ ଗଣିତ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମାଜିକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ମଧ୍ୟ ବିଚାର୍ଯ୍ୟ । ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ପୁରାତନ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ତଥାପି କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ପିତାମାତା, ଶିକ୍ଷକ, ଅଭିଭାବକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଓ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବାଳିକା ବା ନାରୀମାନଙ୍କର ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା ନେଇ ବିଶେଷ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ନଥାଏ । ଏଦୃଷ୍ଟିରୁ ସ୍କୁଲରେ ଓ କଲେଜରେ ପାଠ୍ୟବିଷୟ ନିର୍ବାଚନ କଲାବେଳେ ସେମାନେ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ଅନୁରୂପ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଥାନ୍ତି । ବିଜ୍ଞାନ ଶ୍ରେଣୀରେ ଭର୍ତ୍ତି ନ ହେବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଅନ୍ତି । ଏହା ସତ ଯେ ବର୍ତ୍ତମାନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଚାକିରୀ ପାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ଓ ପେସାଗତ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗର ସମ୍ଭାବନା ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଜ୍ଞାନ ଓ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ଶ୍ରେଣୀରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିବା ପାଇଁ ବୟସ୍କମାନେ ଉଦ୍ୟମ କରୁଛନ୍ତି । ଏହା ମଧ୍ୟ ସତ୍ୟ ଯେ ବାଳିକା ଓ କିଶୋରୀମାନଙ୍କର ସଫଳତା ପୂର୍ବର ପ୍ରତ୍ୟାଶାସବୁକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରିବାରେ ଲାଗିଛି । ବାଳିକା ଓ କିଶୋରୀମାନଙ୍କଠାରୁ ଅତୀତରେ ନିମ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଉଥିବାରୁ ସେମାନେ ଅଧିକ ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଥିଲେ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ବ୍ୟବଧାନ ସୃଷ୍ଟି କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିତାମାତା ଓ ଶିକ୍ଷକ-ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ନିମ୍ନ ପ୍ରତ୍ୟାଶା (Low Expectation) ବିଶେଷ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିଲା । ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ କୁହାଯିବ ଯେ ଆମର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ନିମ୍ନସ୍ତରରେ ରହିଲେ, ଆମର ଉତ୍ସାହ ଓ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ ନିମ୍ନସ୍ତରରେ ରହିବ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ଆମର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଉଚ୍ଚ ହେଲେ ଆମର ଉତ୍ସାହ ଓ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନ ଉଚ୍ଚତର ରହିବ । ଆମେ ଏ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ଭାବରେ ଏପରି ନକଲେ ମଧ୍ୟ ଅବଚେତନ ଓ ଅଚେତନ ଭାବରେ ଏହା କରିଯିବୁ । ଉତ୍ସାହ ଓ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପ୍ରଦାନର ପରିମାଣ କମ୍ ହେଲେ ପିଲାମାନଙ୍କର ସଫଳତା କମ୍ ରହିବ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ପରିମାଣ ବେଶୀ ହେଲେ ସଫଳତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବାଳିକାମାନେ ଅତୀତରେ ଗଣିତରେ ପଛୁଆ ରହୁଥିବାର କାରଣ ଅନୁମାନ କରାଯାଇପାରେ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଅଗ୍ରଣୀ ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସାମର୍ଥ୍ୟର ବ୍ୟବଧାନ ଧୀରେ ଧୀରେ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ଏପରି ବ୍ୟବଧାନ ମୂଳରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବ ଏବଂ ସମାଜରେ ବୟସ୍କ ଲୋକମାନଙ୍କର ଆପେକ୍ଷାକୃତ ନିମ୍ନତର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ । ସୁତରାଂ ନାରୀ ମନୋବୃତ୍ତି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ପିତାମାତା, ଶିକ୍ଷକ ଓ ଅଭିଭାବକମାନଙ୍କର ମନୋଭାବରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଗାମୀ ଦିନରେ ନାରୀ ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ସମାନ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ଆଣିବ ବୋଲି ଆଶା କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ

ଭାଷା ଏକ ମାନବିକ ସମ୍ପଦ । ମାନବ ସଭ୍ୟତାର ଉନ୍ମେଷ, ସଂରକ୍ଷଣ ଓ ବିକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଭାଷାର ଭୂମିକା ସର୍ବସ୍ୱୀକୃତ । ଭାବର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନକୁ ସହଜ କରିବାରେ ଭାଷାର ଯେପରି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବଦାନ ରହିଛି, ମାନବୀୟ ସଂସ୍କୃତିକୁ ପୁଷ୍ଟ କରିବାରେ ଭାଷାର ସେହିପରି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଅବଦାନ ରହିଛି । ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ସମ୍ବଳ ହୋଇଥିବାରୁ ନାରୀ ପୁରୁଷ ଭେଦରେ ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟର ରୂପରେଖ କିପରି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ବହୁକାଳରୁ କୌତୂହଳ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି ।

ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ମଧ୍ୟ ଏ ଦିଗରେ ସକ୍ରିୟ ଉତ୍ସାହ ପ୍ରକାଶ କରିଛନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟର ବି ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ରହିଛି । ସେ ଦିଗରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଗବେଷଣା କରିଆସିଛନ୍ତି । ଏହି ଗବେଷଣାର ଫଳାଫଳକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ମନେରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏ ସମ୍ପର୍କୀୟ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସମୟାନୁକ୍ରମେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଛି । ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ୧୯୭୫ ମସିହା ବେଳକୁ ଯେଉଁ ଚିତ୍ର ମିଳିଥିଲା ସେ ତୁଳନାରେ ବର୍ତ୍ତମାନର ଚିତ୍ର ବହୁ ଭାବରେ ଭିନ୍ନ । ସୁତରାଂ ନାରୀର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତାକୁ ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଆଲୋଚନା କରିବା ସମୀଚୀନ ହେବ ।

ପୂର୍ବବର୍ତ୍ତୀ ରୂପରେଖ : ବିଂଶ ଶତାବ୍ଦୀର ମଧ୍ୟ ଭାଗରେ ସୁଦ୍ଧା ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍କରେ ବିଭିନ୍ନ ବେଶରେ ଏବଂ ବହୁଳ ଭାବରେ ସମାପିତ ହୋଇଥିବା ଅନୁଧ୍ୟାନସବୁକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଏକ ସାମଗ୍ରିକ ଚିତ୍ର ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରେ । ସେପରି ଚିତ୍ରରେ କେତୋଟି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ଦୃଷ୍ଟିକୁ ଆସିଥାଏ । ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ସୂଚନା ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନଙ୍କର ସାମାଜିକ ଦକ୍ଷତାର ପ୍ରମାଣ ଦିଏ । ସେ ସମୟର ସିଦ୍ଧାନ୍ତରୁ ଜଣାଗଲା ଯେ ବିଦ୍ୟାଳୟକୁ ଯିବା ପୂର୍ବରୁ ଏବଂ ବିଦ୍ୟାଳୟ ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍ କାଳରେ ଭାଷାର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକାମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି ।

ବାଳିକାମାନେ ଶୀଘ୍ର କଥା କହିବା ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି ଓ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବରେ କହନ୍ତି । ସମାନ ବୟସର ବାଳକ ତୁଳନାରେ ବାଳିକା ଦୀର୍ଘତର ବାକ୍ୟ କହିଥାଏ । ପୁତ୍ର ଅପେକ୍ଷା କନ୍ୟାର ବାକ୍‌ପଟୁତା ଅଧିକ । ବିଦ୍ୟାଳୟରେ କିଛି ବର୍ଷ ଅତିବାହିତ କଲାପରେ ଶବ୍ଦଜ୍ଞାନ

Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳକମାନେ ହୁଏତ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସମକକ୍ଷ ହୋଇପାରନ୍ତି । ମାତ୍ର ପୁସ୍ତକ ଅଧ୍ୟୟନ କରି ବାକ୍ୟସବୁକୁ ଠିକ୍ ବୁଝି ପଠନଗତ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନରେ ବାଳିକାମାନେ ଆଗୁଆ ରୁହନ୍ତି । ସମାନ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ଆଣିବା ପାଇଁ ବାଳକମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଅଧିକା ପରିଶ୍ରମ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପୁଣି କିଛି ବର୍ଷ ପରେ ହୁଏତ ପଠନଗତ ଦକ୍ଷତାରେ ବାଳକମାନେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସମକକ୍ଷ ହୁଅନ୍ତି । ଫଳତଃ ବିଦ୍ୟାଳୟ ବର୍ଷଗୁଡ଼ିକରେ ବ୍ୟାକରଣ ବନାନଶୁଦ୍ଧି ଓ ଶବ୍ଦଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରସରତା ବଜାୟ ରହେ ।

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ସର୍ବେକ୍ଷଣକୁ ଭିତ୍ତିକରି ସ୍ୱୀକାର କରାଗଲା ଯେ, ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟ କାଳରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଅଧିକ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ଏହାର ପରିପୁଷ୍ଟି ଘଟି ଅଗ୍ରସରତା ପରିପ୍ରକାଶ ଲାଭ କରେ । ଶବ୍ଦଜ୍ଞାନ ଓ ବନାନ ଶୁଦ୍ଧିପରି ସହଜ ସରଳ ଭାଷା ବ୍ୟବହାର କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକାମାନେ ଯେପରି ଉତ୍କର୍ଷ ଦର୍ଶାନ୍ତି ସେହିପରି ଜଟିଳ ବାକ୍ୟକୁ ବୁଝିବା, ଭଲ ରୂପେ ବାକ୍ୟ ସଂଯୋଜନା କରିବା ଏବଂ ସୃଜନାତ୍ମକ ଶୈଳୀରେ ଲିଖନ ପ୍ରଣାଳୀପରି ଜଟିଳ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଗ୍ରଗାମୀ ରୁହନ୍ତି ।

ବିଂଶ ଶତକର ମଧ୍ୟଭାଗରେ ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣଯୋଗ୍ୟ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତୁଳନାତ୍ମକ ଚିତ୍ରଟିକୁ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିବା ପାଇଁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଧ୍ୟାନ ଦେଲେ । ମୁଖ୍ୟତଃ ଦୁଇଟି ପ୍ରଶ୍ନ ସେମାନଙ୍କ ଅନୁଶୀଳନକୁ ସକ୍ରିୟ କଲା । ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚତର ସାମର୍ଥ୍ୟ ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ପ୍ରକାଶିତ ହେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଭାଷା ସାମର୍ଥ୍ୟର କେଉଁ କେଉଁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କଠାରୁ ଆଗୁଆ, ତାହାର ସ୍ପଷ୍ଟ ଚିତ୍ର ପାଇଁ ପ୍ରଯତ୍ନ କରାଗଲା । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ କେଉଁ ବୟସରେ ବାଳିକାମାନେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାନ୍ତି, ତାହା ମଧ୍ୟ ଏକ କୌତୂହଳପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଷୟ ଥିଲା ।

ଏପରି ସବୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବା ସମୟରେ ଭାଷାଗତ ଅକ୍ଷମତା ଦିଗଟିକୁ ପରିସରଭୁକ୍ତ କରାଗଲା ନାହିଁ । ଏହାର ମଧ୍ୟ କାରଣ ରହିଛି । ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଭାଷାଗତ ଅସାମର୍ଥ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳକମାନେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ଅକ୍ଷମତା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ବାକ୍ୟକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ କହି ନପାରି ପାଟି ଲାଗୁଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବାଳକମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅଧିକ । ସେହିପରି ଭାଷାଗତ ଅକ୍ଷମତା (Dyslexia) ଦର୍ଶାଉଥିବା ଅନଗ୍ରସର (Mentally Retarded) ପିଲାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ବାଳକମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବାଳିକାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ବେଶୀ । ସୁତରାଂ ଏପରି ଅକ୍ଷମତା ଦର୍ଶାଉଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କ ବିଚାର ପରିସରଭୁକ୍ତ କଲେ ଭାଷା ସାମର୍ଥ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ଉତ୍କର୍ଷ ସ୍ୱତଃସିଦ୍ଧ ହୋଇପଡ଼ିବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅସାମର୍ଥ୍ୟ ଦିଗଟିକୁ ବାଦ୍ ଦେଇ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ତୁଳନାତ୍ମକ ଅନୁଧ୍ୟାନ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ହୋଇଆସିଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାମ୍ପ୍ରତିକ ରୂପରେଖ : ୧୯୭୫ ମସିହାଠାରୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସୁଦ୍ଧା ସମ୍ପାଦିତ ହୋଇଥିବା ଅନୁଧ୍ୟାନସବୁକୁ ଏକତ୍ରିତ କରି ନାରୀ–ପୁରୁଷ ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟର ଏକ ବିବରଣୀ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରାଯାଇପାରେ । ଏପରି ବିବରଣୀକୁ ଭିତ୍ତିକରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ସବୁକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ବହୁ ଉପାଦେୟ ତଥ୍ୟ ମିଳିପାରିବ ।

ସବୁଠାରୁ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟି ହେଉଛି ଯେ ଅତୀତରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ପୁରୁଷ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ କ୍ରମଶଃ ବ୍ୟବଧାନ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ତେବେ ବର୍ତ୍ତମାନର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଆଗୁଆ ରହିଛନ୍ତି । ପ୍ରାକ୍ ବିଦ୍ୟାଳୟକାଳୀନ ବାଲ୍ୟକାଳ, ବିଦ୍ୟାଳୟର କୈଶୋରକାଳ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ପରବର୍ତ୍ତୀ ତରୁଣ ଅବସ୍ଥା, ଯୁବାବସ୍ଥା ଓ ମଧ୍ୟବୟସ୍କ ଅବସ୍ଥା ସବୁରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ତୁଳନା କରାଯାଇ ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇଛି । କୌତୂହଳକର ବିଷୟ ଯେ ସମୟକ୍ରମେ ଏହି ବ୍ୟବଧାନ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ବିଂଶ ଶତକର ମଧ୍ୟ ଭାଗରେ ଅନ୍ତତଃ ବିଦ୍ୟାଳୟର କୈଶୋର ଜୀବନରେ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ଅଧିକ ଦକ୍ଷତାର ପ୍ରମାଣ ସ୍ପଷ୍ଟ ସୂଚିତ ହୋଇଥିଲେ ହେଁ ଏବେ ଏପରି ବ୍ୟବଧାନର ଯଥେଷ୍ଟ ସଂକୋଚନ ଘଟିଛି । ଭାଷାର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗକୁ (ଯଥା : ଶବ୍ଦଜ୍ଞାନ, ବାକ୍ୟଗଠନ, ଭାଷା ବିସ୍ଫୋରଣ, ଭାଷାବୋଧଜ୍ଞାନ ଇତ୍ୟାଦି) ବିଚାର କରାଯାଇ ଏପରି ତଥ୍ୟ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଛି ।

କେବଳ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିବା ଭାଷାଦକ୍ଷତା ମାପକ ସାହାଯ୍ୟରେ ଏହି ତଥ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇନାହିଁ । ଦେଶ ବିଦେଶରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ଚାକିରୀରେ ମନୋନୟନ କଲାବେଳେ ଯେଉଁସବୁ ଭାଷା–ସମ୍ପର୍କିତ ପରୀକ୍ଷାର ବିନିଯୋଗ କରାଯାଏ ଏବଂ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ସ୍କୁଲ କଲେଜରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିବା ପାଇଁ ଯେଉଁସବୁ ପରୀକ୍ଷାର ଉପଯୋଗ କରାଯାଏ, ସେସବୁର ଫଳାଫଳକୁ ଭିତ୍ତିକରି ସମଧର୍ମୀ ତଥ୍ୟ ସଂଗୃହୀତ ହୋଇଛି ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ଯେ ଆମେ ଆଧୁନିକତା ଆଡ଼କୁ ଅଗ୍ରସର ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବ୍ୟବଧାନର ମାତ୍ରା କମିଯିବାର ବି କାରଣ ରହିଛି ? ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି ନାରୀର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଅଧିକ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ବ୍ୟବଧାନର କାରଣ କ'ଣ ?

ପ୍ରଥମ ପ୍ରଶ୍ନଟିର ସନ୍ତୋଷଜନକ ଉତ୍ତର ଗବେଷକମାନେ ଦେଇପାରିନାହାନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ବଢ଼ିଯାଇଛି କି ନାରୀମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ହ୍ରାସ ପାଇଛି, ତାହା ସଠିକ୍ ଭାବରେ କହିବା କଷ୍ଟକର । ସମ୍ଭବତଃ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ନିଜ ନିଜର ଭୂମିକା ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନରହି ଭୂମିକା ବିସ୍ତାରଣରେ ଭାଗ ନେଉଥିବାରୁ କିଛିଟା ପାର୍ଥକ୍ୟ ତିରୋହିତ ହେଉଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଗ୍ରସରତାର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଶରୀରବିଜ୍ଞାନ ଉପାଦାନର ଆଶ୍ରୟ ନିଆଯାଇଛି । ମସ୍ତିଷ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ସମ୍ପର୍କରେ ଜଣାଯାଏ ଯେ ସାଧାରଣତଃ ଭାଷାଜ୍ଞାନର ଆହରଣ ଓ ପ୍ରୟୋଗ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମସ୍ତିଷ୍କର ବାମ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧର ଭୂମିକା ବେଶୀ । ମସ୍ତିଷ୍କର ଏହି ବାମ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧଟି ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ପରିପକ୍ୱତା ଲାଭ କରୁଥିବାରୁ ଏମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ସେହି କାରଣରୁ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ବିକଶିତ ହେବାର ଅନୁମାନ କରାଯାଏ । ତେବେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ ଯେ ମସ୍ତିଷ୍କଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଭାଷାଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ମୂଳ କାରଣ ହୋଇଥିଲେ, ଏପରି ବ୍ୟବଧାନ କମିଯାଉଛି କାହିଁକି ? ଏହାର ଉତ୍ତରରେ କୁହାଯିବ ଯେ ମସ୍ତିଷ୍କର ଗଠନ, କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ବିକାଶର ମଧ୍ୟ ବିବର୍ତ୍ତନଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ରହିଛି । ମନୁଷ୍ୟ ମସ୍ତିଷ୍କର ଗଠନ ଓ କାର୍ଯ୍ୟସ୍ୱରୂପ ଆଜି ଯାହା ରହିଛି ଆଗାମୀ କାଲି ବା ଆଗାମୀ ମାସରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ନହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ବର୍ଷ ବର୍ଷ ଧରି ମନୁଷ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ, ପରିବେଷ୍ଟନୀର ଚାପ ଏବଂ ସଂଗତି ରକ୍ଷା କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନୀୟତା ମସ୍ତିଷ୍କର ସ୍ୱରୂପକୁ ମଧ୍ୟ ବଦଳାଇଥାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମସ୍ତିଷ୍କ ସ୍ତରରେ ବିଂଶ ଶତକର ମଧ୍ୟଭାଗରୁ ନାରୀପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଥିଲା ତାହା ଆଜି ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ରହିଛି ବୋଲି ଭାବିନେବା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ପ୍ରକାରାନ୍ତରେ କହିଲେ ଭାଷା ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ପୁରୁଷ ସାମର୍ଥ୍ୟର ବ୍ୟବଧାନ ସଂକୁଚିତ ହୋଇଆସୁଥିବାର ପ୍ରମାଣ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ବା ଜୀବତାତ୍ତ୍ୱିକ ତଥ୍ୟର ବିରୋଧାତ୍ମକ ନୁହେଁ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସଫଳତା ବିଫଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ

ସଫଳତା ଓ ବିଫଳତା ଜୀବନର ଏକ ନିତ୍ୟନୈମିତ୍ତିକ ଅନୁଭୂତି । ବ୍ୟକ୍ତି ଓ ପରିସ୍ଥିତି ଭେଦରେ ସଫଳତା ଓ ବିଫଳତାର ମାତ୍ରା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ । କିନ୍ତୁ କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ନିଜର ସଫଳତା କିମ୍ବା ବିଫଳତାର କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିବା ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଏକ ନିଜସ୍ୱ ଶୈଳୀ ରହିଥାଏ । ସଫଳତା ବିଫଳତା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କେତେକ କାରଣ ଗୁଣଗତ ବା ଅନ୍ତର୍ନିହିତ (internal) ବ୍ୟକ୍ତିର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତା ଏ ଧରଣର ଅନ୍ତର୍ନିହିତ କାରଣ । ଅନ୍ୟ କେତେକ କାରଣ ବାହ୍ୟିକ (External) । କାର୍ଯ୍ୟଟିର ଜଟିଳତା ଓ ଭାଗ୍ୟର ଭୂମିକା ଏ ଧରଣର ବାହ୍ୟିକ କାରଣ । ପୁଣି ଅନ୍ୟ ଏକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ସାମର୍ଥ୍ୟ କାରଣଟି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବାସ୍ଥଳେ ଭାଗ୍ୟ ଓ ପରିଶ୍ରମ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ସାମର୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୁଏ ମାତ୍ର ଏହାର ଘନଘନ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ ନାହିଁ ।

ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ସଫଳତା ଲାଭ କରୁଥିବା ଉଚ୍ଚଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନମୁଖୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଗୋଟିଏ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ମିଳିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଉଚ୍ଚ କୃତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିଜର ସଫଳତାର କାରଣ ରୂପେ ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତାର ଭୂମିକା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରନ୍ତି । ବିଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜର ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବକୁ ଦାୟୀ କରନ୍ତି । ଏପରି ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ସେମାନଙ୍କର ଭାବାନୁଭୂତିକୁ (feelings) ସକାରାତ୍ମକ ରୂପ ଦିଏ । ସଫଳତା ମୂଳରେ ସେମାନଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ଓ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତା ପରି ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଗୁଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରିଛି ଏ କଥା ଭାବି ସେମାନେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ପୁଣି ପରିଶ୍ରମ ଅଭାବରୁ ବିଫଳତା ଘଟିଥିବା କଥା ଭାବି ସେମାନେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଅଧିକ ସତର୍କ ଓ ସକ୍ରିୟ ହେବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଅନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଜୀବନରେ ଆଶାନୁରୂପ କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରିନଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ହେବାର ଦେଖାଯାଏ । ବିଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ଉପଯୁକ୍ତ ମୂଲ୍ୟାୟନର ଅଭାବ ଏବଂ ଭାଗ୍ୟର ବିଡ଼ମ୍ବନା କଥା ଅଧିକ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି । ଏପରି ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ସେମାନଙ୍କୁ ନିରୁତ୍ସାହିତ କରେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ପୂର୍ବପରି ନିଷ୍କ୍ରିୟ ଭାବ ପୋଷଣ କରନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଉଚ୍ଚକୃତୀ (Overachieving) ଏବଂ ନିମ୍ନକୃତୀ (Underachieving) ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସଫଳତା ବିଫଳତାର କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀର ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ । ବର୍ତ୍ତମାନ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀର ତୁଳନା ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ । ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ କ୍ଷେତ୍ରରେ କ୍ରମାଗତ ଭାବରେ ବହୁ ସଫଳତାର ଅଧିକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ପ୍ରାୟ ଏକ ପ୍ରକାର ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ସେମାନେ ପୁରୁଷ ହୋଇଥାଆନ୍ତୁ କିମ୍ବା ନାରୀ ହୋଇଥାଆନ୍ତୁ, ଉଚ୍ଚକୃତିତ୍ୱର ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନିଜର ସଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଦକ୍ଷତା ଓ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତାର ଭୂମିକାକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି । ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ସେମାନେ ବିଚାର କରନ୍ତି ଯେ ସେମାନେ ଠିକ୍ ରୂପେ ସମୟ ଦେଇପାରିନଥିଲେ କିମ୍ବା ଠିକ୍ କୌଶଳଟି ପ୍ରୟୋଗ କରିନଥିଲେ । ଏପରି ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ସେମାନଙ୍କର ଭବିଷ୍ୟତ କର୍ମକୁଶଳତା ଓ ସାଫଲ୍ୟ ପାଇଁ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଏପରି ଉପଯୋଗୀ ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ଉଚ୍ଚ ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟ (Self-concept)ର ଅଧିକାରୀ । ଏମାନଙ୍କ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ ଅଧିକ । ଏହି ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ (Self-esteem) ସେମାନଙ୍କ ଦକ୍ଷତା ଓ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହେବାରେ ପ୍ରରୋଚନା ଯୋଗାଏ । ପୁଣି ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ସଫଳତା ସେମାନଙ୍କର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ ଏବଂ ଉପଯୋଗୀ କାରଣ-ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀକୁ ଅଧିକ ଦୃଢ଼ କରେ ।

ମାତ୍ର ନିମ୍ନକୃତୀର ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ରହିଯାଇଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ କେବଳ ଅନୁପଯୋଗୀ କାରଣ-ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ନାହିଁ, ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ପରିମାଣର ବାହ୍ୟିକ କାରଣ ଦର୍ଶାଇଥାନ୍ତି । ସଫଳତା ତଥା ବିଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ଭାଗ୍ୟର ଭୂମିକା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ ଗତାନୁଗତିକତାର କବଳିତ ନାରୀମାନେ ଏପରି ବାହ୍ୟିକ କାରଣକୁ ଦାୟି କରିଥାନ୍ତି । ଏପରି ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟ ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚସ୍ତରୀୟ ହୋଇନଥାଏ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ସବୁ ନାରୀମାନେ ସଫଳତା ବିଫଳତାର କାରଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନୁପଯୋଗୀ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ଏହା କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଉଚ୍ଚ କୃତିତ୍ୱର ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରି ସଫଳତା ମୂଳରେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ଓ ପରିଶ୍ରମ ଏବଂ ବିଫଳତା ମୂଳରେ ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବଟିକୁ ବିଚାର କରିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ନିମ୍ନକୃତିତ୍ୱର ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଭାଗ୍ୟ ପରି ବାହ୍ୟିକ କାରଣକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । କହିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ଯେ ଏପରି ଅନୁପଯୋଗୀ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀର ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ନାରୀମାନଙ୍କର ପ୍ରଶିକ୍ଷଣର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ଶରୀରଚେତନା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଦେହ ଚେତନା ରହିଛି । କୌଣସି ସାଧାରଣ ବ୍ୟକ୍ତି ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ ନୁହଁନ୍ତି । ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ଧାରଣା ଗଠନ କରିବା ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ମୁଖ୍ୟତଃ ନିଜର ମନ ଓ ଶରୀର ବିଷୟରେ ଧାରଣା ଗଢ଼ିତୋଳେ । ସେ ବୁଦ୍ଧିମାନ କି ବୁଦ୍ଧିହୀନ ଏବଂ ସେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ସୁଖୀ କି ଅସୁଖୀ ତାହାର ବିଚାର କରିଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଶାରୀରିକ ସ୍ତରରେ ସେ ସୁସ୍ଥ କି ଅସୁସ୍ଥ ଏବଂ ସେ ଆକର୍ଷଣୀୟ କି ନୁହେଁ ତାହା ମଧ୍ୟ ଭାବିଥାଏ । ନିଜର ଦେହ ସମ୍ପର୍କରେ ଏପରି ଚେତନା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀର ଦେହ ଚେତନାର ମାତ୍ରା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଏବଂ ସେ କେତେକ ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟର ଅଧିକାରୀ । ଏପରି ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ନାରୀର ମନୋବୃତ୍ତି ଓ ବ୍ୟବହାରକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବାରୁ ଏଗୁଡ଼ିକର ଚିହ୍ନଟ ଏବଂ ଆଲୋଚନା ଜୀବନଶୈଳୀର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ । ଦେହଚେତନାର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟତା ହେଉଛି ଦେହକୁ ଏକ ବସ୍ତୁଜ୍ଞାନରେ ଦେଖିବାର ମାନସିକତା । ଅବଶ୍ୟ ଦର୍ଶକ ସବୁବସ୍ତୁକୁ ଦେଖିଲା ଭଳି ପ୍ରତ୍ୟେକ ମଣିଷ ନିଜ ଶରୀରକୁ ଦେଖେ । ବିଶେଷତଃ ଦର୍ପଣ ସମ୍ମୁଖରେ ଠିଆ ହୋଇ ଅନ୍ତତଃ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ନିଜକୁ ନିରୀକ୍ଷଣ କରେ । ଏପରି ଦର୍ଶକୋଚିତ ମନୋବୃତ୍ତି ଅଳ୍ପ ବହୁତେ ସମସ୍ତଙ୍କର ରହୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ । ଅବଶ୍ୟ ନାରୀମାନେ ଏପରି ଦର୍ଶକୋଚିତ ମନୋବୃତ୍ତି କାହିଁକି ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକାଧିକ ମତ ରହିଛି । ବିବର୍ତ୍ତନବାଦୀ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମତ ଦିଅନ୍ତି ଯେ ଉଦ୍‌ବର୍ତ୍ତନ ଧାରାରେ ବଂଶବିସ୍ତାର ପାଇଁ ନାରୀର ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ପୁରୁଷର ଶକ୍ତି ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଲାଭ କଲା । ସନ୍ତାନଧାରଣ କରିବାରେ ନାରୀର କ୍ଷମତା ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ରକ୍ଷଣାବେକ୍ଷଣରେ ପୁରୁଷର ଶକ୍ତି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନେଲା । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ ଦେହ ଚେତନା ସୃଷ୍ଟି ହେଲା ବୋଲି କେତେକ ମତ ଦିଅନ୍ତି । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ସାମାଜିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ କଥାଟି ବିଚାର କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ପ୍ରତିଟି ସମାଜ ଓ ସଂସ୍କୃତିରେ ନାରୀ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ମାନସିକ ପ୍ରତିଛବି ରହିଛି । ଏହି ମାନଦଣ୍ଡକୁ ଆଶ୍ରୟକରି ଲୋକେ ନାରୀତ୍ୱର ଆକଳନ କରନ୍ତି । ସମାଜର ରୀତିନୀତି, କଥୋପକଥନ ଏବଂ ପରିବେଶରେ ଏପରି ମାନଦଣ୍ଡ ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବେ, ସୂଚିତ ହୁଏ । ପୁଣି ଖବରକାଗଜ, ନାଟକ, ସିନେମା ଓ ଦୂରଦର୍ଶନ ନାରୀତ୍ୱ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଛବିଟିକୁ ଅଧିକ ଘନୀଭୂତ କରିଦିଅନ୍ତି । ଫଳତଃ ବସ୍ତୁପରି ଆକର୍ଷଣର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ହେବାର ମନୋବୃତ୍ତି ନାରୀ ମନରେ ଦୃଢ଼ ହୁଏ । ନାରୀର ଦେହଚେତନାର ଅଧିକ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଓ ଗବେଷଣାରୁ ଏହାର ତିନୋଟି ଉପାଦାନକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଉଛି । ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ଆତ୍ମନିରୀକ୍ଷଣ । ନିଜ ଶରୀରକୁ ଘନଘନ ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି ହେଉଛି ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନ । ଏପରି ନିରୀକ୍ଷଣ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମରେ ନାରୀ ନିଜକୁ ଅନ୍ୟ ସହିତ ତୁଳନା କରେ । ଏପରି ଆତ୍ମନିରୀକ୍ଷଣ ଆତ୍ମପ୍ରୀତିର ସୂଚକ । ପରିମିତ ପରିମାଣର ଆତ୍ମପ୍ରୀତି କ୍ଷତିକାରକ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ ମାତ୍ରାଧିକ ଆତ୍ମପ୍ରୀତି ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଅନ୍ୟ ସହିତ ତୁଳନା କରି ନାରୀ ନିଜ ଭିତରେ ଅଧିକ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ଆବିଷ୍କାର କଲେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପାରେ ।

ଦେହଚେତନାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ସାମାଜିକ-ସାଂସ୍କୃତିକ ମାନଦଣ୍ଡ ଅନୁସାରେ ଆତ୍ମମୂଲ୍ୟାୟନ ଓ ଗ୍ଲାନିବୋଧ । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ସୌନ୍ଦର୍ଯ୍ୟ ଓ ଆକର୍ଷଣୀୟତା ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରତି ସମାଜ ଓ ସଂସ୍କୃତିର ନିଜସ୍ୱ ମାନଦଣ୍ଡ ରହିଛି । ପୁଣି ସମୟକ୍ରମେ ଏହି ମାନଦଣ୍ଡସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେଉଛି । ଶରୀରର ଓଜନ କେତେ ହେବା ଉଚିତ, ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ମାନଦଣ୍ଡ ପ୍ରତି ଦଶକରେ ବଦଳିଯାଉଛି । ହାରାହାରି ଓଜନରୁ କମ୍ ଓଜନ ବିଶିଷ୍ଟ ମହିଳାଙ୍କୁ ପୂର୍ବେ ରୁଗ୍ଣ ବିଚାର କରାଯାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ବର୍ତ୍ତମାନର ମୂଲ୍ୟାୟନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଯାଇଛି । ଏହି ଉପାଦାନଟିର ପ୍ରଭାବ ବିଚାର କଲାବେଳେ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ନାରୀମାନେ ସାମାଜିକ ମାନଦଣ୍ଡଟିକୁ ଆତ୍ମୀକରଣ କରି ଗ୍ରହଣ କରିନିଅନ୍ତି । ଏପରି ମାନଦଣ୍ଡ କେହି ତାଙ୍କ ଉପରେ ଲଦି ଦେଇଥିବାର ବିରୁଦ୍ଧ ମନୋଭାବ ତାଙ୍କର ନଥାଏ । ଫଳତଃ ସେ ସାମାଜିକ-ସାଂସ୍କୃତିକ ମାନଦଣ୍ଡ ଅନୁଯାୟୀ ନିଜର ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଓ ଆକର୍ଷଣୀୟତାର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏ ମୂଲ୍ୟାୟନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂରାପୂରି ସନ୍ତୋଷ ଆସିବା ଅଳ୍ପ କେତେକଙ୍କ ଭାଗ୍ୟରେ ଜୁଟିଥାଏ । କିଛି ନା କିଛି ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ଆଖିରେ ପଡ଼େ । ଏହା ଫଳରେ ନାରୀ ମନରେ ଏକ ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏପରି ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି କେବଳ ଏକ ନକାରାତ୍ମକ ଅନୁଭବ ନୁହେଁ, ଏହା ନାରୀର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଓ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧକୁ ହ୍ରାସ କରେ ।

ଦେହଚେତନାର ତୃତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସ । ନାରୀ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ନିଜର ଶରୀରକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱ ତା' ନିଜ ଉପରେ ନ୍ୟସ୍ତ । ଏହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ ସେ ନିଜର ଚେହେରାକୁ ଆକର୍ଷଣୀୟ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଯତ୍ନ କରେ । ଉଦ୍ୟମ କଲେ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତିର ସଂଶୋଧନ ହୋଇପାରିବ ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ସେ ରଖେ । ପରିସ୍ଥିତି ତାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ ଏପରି ଆସ୍ଥା ରଖେ ।

ତଥାପି ଏପରି ମନୋଭାବ ଜଟିଳତା ମୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସର ଅନୁଗାମୀ ହୋଇ କେତେକ ନାରୀ ନିଜର ଖାଇବାପିଇବା କମାଇ ଦିଅନ୍ତି । ସୀମିତ ଆହାର କୁପରିଣତି

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ତଥା ଏହାଦ୍ୱାରା ଅନ୍ୟସବୁ ରୁଗ୍ଣତାର ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭାବନା ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ଶରୀରର ଓଜନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଂଶାନୁକ୍ରମିକତାର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-ବିଶ୍ୱାସର ତାଡ଼ନାକୁ ପ୍ରତିରୋଧ କରିବାକୁ ହେବ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଆଲୋଚିତ ଦେହଚେତନାର ଉପାଦାନ ତିନୋଟିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ମାତ୍ରା ମଧ୍ୟରେ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଏ ଉପାଦାନ ତିନୋଟିର ଆଧିକ୍ୟ ନାରୀର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧକୁ ବାଧା ଦେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଦେହ ମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧକୁ ମଧ୍ୟ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରିବ ।

ଆପଣଙ୍କ ଶରୀରଚେତନା ମାତ୍ରାଧିକ କି ?

ନିମ୍ନରେ କେତେକ ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ଭଲ ରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ଏହା ସହିତ ଆପଣ କେତେଦୂର ଏକମତ ତାହା ସୂଚାଇବା ପାଇଁ ବାକ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ କେତେକ ନମ୍ବର ଲେଖାଯାଇଛି । ଆପଣଙ୍କ ମତାମତ ଅନୁଯାୟୀ ଉକ୍ତ ନମ୍ବରଟି ସେହି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଏକ କାଗଜରେ ଟିପି ରଖନ୍ତୁ । ଏପରି ଭାବରେ ପ୍ରତି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ନମ୍ବର ଟିପନ୍ତୁ ।

	ଦୃଢ଼ ଅମତ	ଅମତ	ଏକମତ	ଦୃଢ଼ ଏକମତ
୧. ମୁଁ କିପରି ଦିଶେ ସେ ବିଷୟରେ ମୁଁ ଭାବେନାହିଁ ।	୪	୩	୨	୧
୨. ମୁଁ ଭାବେ ଯେ ମୋର ପୋଷାକପତ୍ର ଭଲ ଦିଶିବାଠାରୁ ସେଗୁଡ଼ିକ ଆରାମଦାୟକ ହେବା ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ।	୪	୩	୨	୧
୩. ମୋର ଶରୀର କିପରି ଦେଖାଯାଉଛି ଅପେକ୍ଷା ଶରୀରରେ କିପରି ଅନୁଭବ କରୁଛି, ସେ ବିଷୟରେ ମୁଁ ଅଧିକ ଭାବେ ।	୪	୩	୨	୧
୪. ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଚେହେରା ସହିତ ମୁଁ ନିଜ ଚେହେରାର ତୁଳନା କରେନାହିଁ ।	୪	୩	୨	୧
୫. ମୁଁ ନିଜେ କିପରି ଦେଖାଯାଉଛି ସେ କଥା ଦିନବେଳେ ମୁଁ ବହୁତ ଥର ଭାବେ ।	୧	୨	୩	୪
୬. ମୋର ପିନ୍ଧା ପୋଷାକସବୁ ମୋ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ କି ନୁହେଁ, ସେ କଥା ମୁଁ ବହୁତଥର ଭାବେ ।	୧	୨	୩	୪
୭. ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମୁଁ କିପରି ଦିଶୁଛି ସେ ବିଷୟରେ ମୁଁ ପ୍ରାୟ ଭାବେ ନାହିଁ ।	୪	୩	୨	୧
୮. ମୋର ଶରୀର କିପରି ଦିଶୁଛି ଅପେକ୍ଷା ମୋ ଶରୀର କ'ଣ କରିପାରିବ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ମୁଁ ଅଧିକ ଆଗ୍ରହୀ ।	୪	୩	୨	୧

Digitized by srujanika@gmail.com

	ଦୃଢ଼ ଅମତ	ଅମତ	ଏକମତ	ଦୃଢ଼ ଏକମତ
୯. ନିଜର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ନପାରିଲେ ମୋର ଗୋଟିଏ କିଛି ଅସୁବିଧା ହୋଇଛି ବୋଲି ମୁଁ ଭାବିନିଏ ।	୧	୨	୩	୪
୧୦.ମୋର ମନ ମୁତାବକ ମୁଁ ମୋର ଚେହେରାକୁ ରଖି ନପାରିଲେ ଲଜ୍ଜା ଅନୁଭବ କରେ ।	୧	୨	୩	୪
୧୧. ମୁଁ ଯେତିକି ସୁନ୍ଦର ଦେଖାଯିବାର କଥା, ସେପରି ସୁନ୍ଦର ନ ଦିଶିଲେ ମୁଁ ନିଜକୁ ଖରାପ ଲୋକ ବୋଲି ଭାବିନିଏ ।	୧	୨	୩	୪
୧୨. ଲୋକମାନେ ମୋର ପ୍ରକୃତ ଓଜନ ଜାଣିଗଲେ ମୋତେ ଲଜ୍ଜା ଲାଗିବ ।	୧	୨	୩	୪
୧୩. ମୋର ଯେତିକି ବ୍ୟାୟାମ କରିବାର କଥା ତାଠାରୁ କମ୍ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ଗୋଟିଏ କିଛି ଭୁଲ କରୁଛି ବୋଲି ଭାବି ନଥାଏ ।	୪	୩	୨	୧
୧୪. ଯଥେଷ୍ଟ ବ୍ୟାୟାମ କରୁ ନଥିଲେ ମୁଁ ଭଲ କି ଖରାପ ଲୋକ ଏ ବିଷୟରେ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସେ ।	୧	୨	୩	୪
୧୫. ମୁଁ ମୋର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରି ନପାରିଲେ ମଧ୍ୟ ନିଜକୁ ଠିକ୍ ଠାକ୍ ଭାବେ ।	୪	୩	୨	୧
୧୬. ମୁଁ ଉଚିତ ମନେ କରୁଥିବା ଆକାରଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଆକାରରେ ହେଲେ ମୋତେ ଲାଜ ଲାଗେ ।	୧	୨	୩	୪
୧୭. ଯିଏ ଯେପରି ଚେହେରା ଧରି ଜନ୍ମ ହୋଇଛି ସେ ସେପରି ରହିବ ।	୪	୩	୨	୧
୧୮. ଜନ୍ମ ସମୟରୁ ରୂପ ନେଇଥିବା ଶରୀର ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ସେହିପରି ରହିଯାଏ ।	୪	୩	୨	୧
୧୯. ଚେଷ୍ଟା କଲେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଚେହେରାକୁ ମନମୁତାବକ ଠିକ୍ କରି ଗଢ଼େ ।	୧	୨	୩	୪
୨୦. ମୋର ଚେହେରା ପ୍ରକୃତରେ କିପରି ଦିଶିବ ତାହା ଉପରେ ମୋର କୌଣସି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନାହିଁ ।	୪	୩	୨	୧
୨୧. ମୁଁ ଭାବେ ଯେ ଶରୀରର ଓଜନ ବଂଶଗତ ଜିନ୍ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ।	୪	୩	୨	୧

Digitized by srujanika@gmail.com

	ଦୃଢ଼ ଅମତ	ଅମତ	ଏକମତ	ଦୃଢ଼ ଏକମତ
୨୨. ଯେତେ ଯାହା ଚେଷ୍ଟା କଲେ ବି ଓଜନ ଯାହା ତାହାହିଁ ରହିବ ।	୪	୩	୨	୧
୨୩. ଚେଷ୍ଟାକରି ମୁଁ ମୋର ପସନ୍ଦ ମୁତାବକ ଓଜନ ଆଣିପାରିବି ।	୧	୨	୩	୪
୨୪. ତୁମର ଚେହେରା ତୁମର ବଂଶଗତ ଜିନ୍ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଛି ।	୪	୩	୨	୧

ଆପଣ ଭିନ୍ନ ଏକ କାଗଜରେ ପ୍ରତି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କ ମତାମତର ମାତ୍ରା ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ନମ୍ବର ଟିପି ରଖିଥିବେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ୧ ନମ୍ବରରୁ ୮ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ଟିପି ରଖିଥିବା ମାର୍କ (୧ କିମ୍ବା ୨ କିମ୍ବା ୩ କିମ୍ବା ୪) ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ଯୋଗଫଳ ୮ରୁ ୩୨ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ମିଶାଣଫଳଟି ଆପଣଙ୍କର ଆତ୍ମନିରୀକ୍ଷଣର ମାତ୍ରା ସୂଚିତ କରିବ । ଆତ୍ମନିରୀକ୍ଷଣର ମାତ୍ରା ୨୦ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ, ଏହା ସାଧାରଣ ଏବଂ ଏଥିରେ କିଛି ଅସ୍ୱାଭାବିକତା ନାହିଁ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ଆପଣଙ୍କ ଆତ୍ମନିରୀକ୍ଷଣର ମାତ୍ରା ୨୧ ରୁ ୨୫ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ ଏହା କିଛି ପରିମାଣରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ । ପୁଣି ଏହା ୨୫ରୁ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ ବେଶୀ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣଙ୍କ ଶରୀର ଚେତନା ମାତ୍ରାଧିକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ । ଏହା ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଏବଂ ଏପରି ଶରୀରଚେତନା କମାଇବା ଦିଗରେ ଆପଣ ତତ୍ପର ହେବା ଉଚିତ । ସେହିପରି ୯ ନମ୍ବରରୁ ୧୬ ସଂଖ୍ୟାର ବାକ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ଲେଖି ରଖିଥିବା ମାତ୍ରାସବୁ ଯୋଗ କଲେ ମିଶାଣଫଳଟି ଆପଣଙ୍କର ଶରୀରଜନିତ ଗ୍ଲାନି ପ୍ରକାଶ କରିବ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ୨୦ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ୍ ମାର୍କ ହୋଇଥିଲେ ସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ୨୧ ରୁ ୨୫ କିଛି ପରିମାଣ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଏବଂ ୨୫ ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ମାର୍କ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ । ପରିଶେଷରେ ୧୭ ନମ୍ବରରୁ ୨୫ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ସୂଚିତ କରିଥିବା ମାର୍କସବୁ ମିଶାଇଲେ ତାହା ଆପଣଙ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବ । ମିଶାଣଫଳ ୨୦ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ୍ ପରିମାଣର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ସ୍ୱାଭାବିକ । ମାତ୍ର ୨୧ ରୁ ୨୫ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ମାର୍କ କିଛି ପରିମାଣରେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଏବଂ ୨୫ରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ବେଶୀ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ହୋଇଥିବାରୁ ଆପଣ ଏପରି ଭାବନାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ସଚେଷ୍ଟ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ

ସମାଜର ଗୋଟିଏ ଗୋଷ୍ଠୀ ବା ଦଳ ଅବହେଳିତ ଅବସ୍ଥାରେ ଏହି ଦଳର ସଭ୍ୟମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧା ସହାନୁଭୂତି ଆଶା କରାଯିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ପୁରୁଷ-ପ୍ରଧାନ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ସୁଖ ସୁବିଧାରୁ ବଞ୍ଚିତ ରହୁଥିବାରୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ସୁସମ୍ପର୍କ ଆଶା କରାଯାଏ । ମାତ୍ର ଦୁଃଖର କଥା ଯେ ଏପରି ସୁସମ୍ପର୍କ ବଦଳରେ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଶତ୍ରୁତା ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପନିଏ । ନାରୀ ପ୍ରତି ନାରୀର ବିଦ୍ୱେଷ ବିସ୍ମୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ନାରୀର ନାରୀ ବିଦ୍ୱେଷ ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବିରଳ ନୁହେଁ । ଏପରି ବିଦ୍ୱେଷ ମୂଳରେ କେଉଁ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଜଡ଼ିତ ଅଛି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇପାରେ ।

ପ୍ରତି ବ୍ୟକ୍ତିର 'ମୁଁ-ଧାରଣା' ବା 'ସ୍ୱ-ପ୍ରତ୍ୟୟ' (Self-concept)ର ଏକାଧିକ ଉତ୍ସ ରହିଛି । ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ ଉତ୍ସ ହେଉଛି; ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ଦଳଗତ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ହିସାବରେ ସେ କେତେକ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ବ୍ୟକ୍ତିର ଧାରଣା ଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ସବୁ ଲୋକଙ୍କର ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ ଧାରଣା ଏବଂ ଦଳ-ଭିତ୍ତିକ ସାମାଜିକ ଧାରଣାର ପରିମାଣ ସମାନ ମାତ୍ରାରେ ରହି ନଥାଏ । କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଦଳର ପ୍ରକୃତି ଓ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟସବୁକୁ ଉପଯୋଗୀ ମନେ ନକରି ଏହାଠାରୁ ଦୂରେଇ ଯିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ସେମାନେ ନିଜର ଦଳ ପ୍ରତି ଏକ ନକାରାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ପୋଷଣ କରନ୍ତି । ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ ଦର୍ଶାଉଥିବା ନାରୀମାନଙ୍କର ଏପରି ମନୋଭାବ ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୁଏ । ସେମାନେ ନିଜକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ମନେ କରନ୍ତି ଓ ନାରୀଗୋଷ୍ଠୀକୁ ହେୟଜ୍ଞାନରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଚାର କଲେ ଏହା ଆତ୍ମ-ଭର୍ତ୍ସନା । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଦଳ ବା ଗୋଷ୍ଠୀକୁ ଭର୍ତ୍ସନା କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜକୁ ଭର୍ତ୍ସନା କରିଥାଏ । ତଥାପି ଅନ୍ୟ ଏକ ସ୍ତରରେ ନିଜକୁ ପୃଥକ୍ ଓ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଭାବି ନିଜର ଆତ୍ମମୂଲ୍ୟାୟନକୁ ପୃଥକ ଓ ଉଚ୍ଚରେ ରଖିଥିବାର ବ୍ୟବହାର ଦର୍ଶାଏ ।

ଅନ୍ୟ କେତେକ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଏପରି ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷର ମାତ୍ରା କମ୍ । ଜୀବନର କୌଣସି କୌଣସି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏମାନେ ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇ ଯେଉଁ ବ୍ୟର୍ଥ ମନୋଭାବର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି, ତାହା ସେମାନେ ଅନ୍ୟ

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନଙ୍କ ଦିଗରେ ପ୍ରେରିତ କରିଥାନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ଅନ୍ୟ ନାରୀମାନେ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ନୁହଁନ୍ତି ଏବଂ ପାଲଟା କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହୋଇ ନଥାନ୍ତି । ପୁଣି ଏପରି ନାରୀମାନେ ସାଧାରଣତଃ ଦୁଃସ୍ଥ, ଶକ୍ତିହୀନ ଏବଂ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିପତ୍ତିବିହୀନ ।

ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ ଦର୍ଶାଉଥିବା ମହିଳାଙ୍କ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟ (Self-efficacy) କମ୍ ହେବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଦକ୍ଷତାର ସହିତ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ବା ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଏମାନେ ପୂରଣ କରିପାରିବେ, ଏପରି ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଏମାନଙ୍କର ଗଭୀର ନୁହେଁ । ପ୍ରତିବନ୍ଧକସବୁ ଅତିକ୍ରମ କରି ଆଗେଇ ଯିବାର ସଂକଳ୍ପ ଏମାନଙ୍କର ଦୃଢ଼ ନୁହେଁ । ଗଭୀର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବ ଏବଂ ବ୍ୟର୍ଥ ମନୋଭାବ ଏମାନଙ୍କ ମାନସିକ ସ୍ଥିତିରେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ବୟସ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କମ୍ ବୟସର ତରୁଣୀମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ ଦର୍ଶାନ୍ତି । ନାରୀ ଅନ୍ୟ ନାରୀ ସହିତ ଗଭୀର ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ । ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ସୁବିଧାସୁଯୋଗ ଓ ସମ୍ବଳସବୁର ମାତ୍ରାକୁ ସୀମିତ ମନେ କରୁଥିବାରୁ ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ବିଦ୍ରୋହ ମନୋଭାବ ସୃଷ୍ଟିହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ପ୍ରତିଯୋଗିତାର କ୍ଷେତ୍ର ଯାହା ହେଉନା

Digitized by srujanika@gmail.com

କାହିଁକି, ଜୀବନର ପ୍ରାକ୍ କାଳରେ ନାରୀ ତା'ର ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱୀ ନାରୀକୁ ଏକ ବିପଦ ସଂକେତ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବୈରତା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ନାରୀ-ବିଦ୍ୱେଷ ଦର୍ଶାଉଥିବା ନାରୀମାନଙ୍କର ଯେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ବିଦ୍ୱେଷ ନରହିବ, ଏହା କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ବରଂ ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ବିଦ୍ୱେଷ ମନୋଭାବ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଏକ ଅଂଶବିଶେଷ ହୋଇପଡ଼େ । ଏହା ନାରୀକୁ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବରେ କବଳିତ କରେ । ସୁତରାଂ ଏପରି ଦୁର୍ବଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହୋଇ ନିଜକୁ ଏହି ବିଷ-ବଳୟରୁ ମୁକ୍ତ କରି ଏକ ସମନ୍ୱିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହେବା ପାଇଁ ପ୍ରଯତ୍ନ ଆବଶ୍ୟକ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ରାଗର ପ୍ରକାଶ ଓ ଅବଦମନ

ରାଗ (Anger) ମନୁଷ୍ୟର ଏକ ନକାରାତ୍ମକ ଆବେଗ (Emotion) । ଅବଶ୍ୟ ବିବର୍ତ୍ତନର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ପ୍ରାଣୀର ସୁରକ୍ଷା ପାଇଁ ଏହି ଆବେଗକୁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥିବାରୁ ପ୍ରାଣୀମାନେ ଏହାକୁ ସହଜରେ ଶିକ୍ଷାକରି ନେଲେ । ଏବେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟସବୁ ଆବେଗ ତୁଳନାରେ ଅନ୍ୟର ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଓ ଶାରୀରିକ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀରେ ରାଗର ସଂକେତ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ ଭାବରେ ଆଖିରେ ଧରାପଡ଼େ । ମୌଳିକ ଆବେଗ ମଧ୍ୟରୁ ରାଗ ଅନ୍ୟତମ । ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ଉଭୟେ ରାଗର ଅନୁଭବ ପାଇଥାଆନ୍ତି ।

ରାଗ ଅନୁଭବର ପରିଭାଷାରେ ଦୁଇଟି ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ବହୁତ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଏ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ରାଗର ପ୍ରକାଶ (Anger-out) । ଅନ୍ୟଟି ହେଉଛି ରାଗର ଅବଦମନ (Anger-in) । ଏ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରୁ କେଉଁଟି ଉପଯୋଗୀ, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ମତଭେଦ ରହିଛି । କେତେକ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି ଯେ ରାଗର ଅବଦମନ କ୍ଷତିକାରକ; ଏହା ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ହାନି ଘଟାଏ । ରାଗର ପ୍ରକାଶ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସହାୟକ ହୁଏ । ମାତ୍ର ଅନ୍ୟ କେତେକ ବିଚାର କରନ୍ତି ଯେ ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରାଗର ପ୍ରକାଶ କ୍ଷତିକାରକ । ଶରୀରର ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀରେ, ରୁକ୍ଷ ଭାଷାରେ ଏବଂ କାନ୍ଦିବା ଓ ରୁଷିବା ମାଧ୍ୟମରେ ରାଗ ପ୍ରକାଶ କରିବା ରାଗର ସୁପରିଚାଳନା ନୁହେଁ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏପରି ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରାଗ ପ୍ରକାଶ ମନ ଓ ଶରୀରର କ୍ଷତି କରିଥାଏ ।

ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ରାଗ ଦମନ ଓ ରାଗ ପ୍ରକାଶର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ମନେ ହୁଏ । ତାହା ହେଉଛି ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ । ଏହା ବାରମ୍ବାର ଆଲୋଚିତ ହୋଇଛି ଯେ ନାରୀମାନେ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣ । ସମ୍ପର୍କର ଭିତ୍ତିଭୂମି ଉପରେ ହିଁ ନାରୀମାନେ ନିଜର ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ ନିର୍ମାଣ କରନ୍ତି । ସୁତରାଂ ନାରୀମାନଙ୍କର ସମ୍ପର୍କଶୀଳତାକୁ ବାଦ୍ ଦେଇ ସେମାନଙ୍କର ରାଗ ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଏହାର ପ୍ରଭାବ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିହେବ ନାହିଁ ।

ସମ୍ପର୍କର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଦିଗ ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକତା (Mutuality) । ସମ୍ପର୍କର ପାରସ୍ପରିକତା କେବଳ ସମ୍ପର୍କର ଗଭୀରତା ନୁହେଁ, ଏହାର ଅନ୍ୟ କେତୋଟି ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ

Digitized by srujanika@gmail.com

ରହିଛି । ପ୍ରଥମତଃ, ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ଗଢ଼ିଥିବା ନାରୀ ନିଜର ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ (Self-concept) ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିପ୍ରତି ନିଜର ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରେ । ତା ସହିତ ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଅନ୍ୟକୁ (ସମ୍ପର୍କ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ) ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥସାଧନରେ ବ୍ୟବହାର ନକରି ତା ସହିତ ନିଜର ଚାହିଦା, ଭାବ ଓ ଭାବନାର ବିନିମୟ କରେ । ବନ୍ଧୁକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଂଶୀଦାର ହୁଏ । ତୃତୀୟତଃ, ନିଜର ଆତ୍ମବିକାଶ ସହିତ ଅନ୍ୟର ବିକାଶକୁ ମଧ୍ୟ ସଂଯୋଜିତ କରେ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ପାରସ୍ପରିକତା ଭିତ୍ତିରେ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିବା ନାରୀ ନିଜର ପତିଙ୍କ ସହିତ ଏହିପରି ବିଶିଷ୍ଟତାପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥାଏ ।

ଏହା ସହଜରେ ଅନୁମେୟ ଯେ ପାରସ୍ପରିକତାପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିଥିବା ନାରୀ ନିଜର ରାଗ ପ୍ରକାଶ କରିବାରେ କମ ମାତ୍ରାରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଅନୁଭବ କରେ । ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଏପରି ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କର ଅଧିକାରୀ ନାରୀମାନେ କମ୍ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କଶୀଳତା ବିଷାଦକୁ କମାଏ ଏବଂ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି କରେ ।

ପାରସ୍ପାରିକ ସମ୍ପର୍କ ରହିଥିଲେ ନାରୀ ଯେ ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଭାବରେ ନିଜର ରାଗ ପ୍ରକାଶ କରିବା ଉଚିତ, ଏ କଥା କୁହାଯାଉ ନାହିଁ । ରାଗର ଅବଦମନ ଓ ରାଗର ପ୍ରକାଶ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ତାହା ହେଉଛି ରାଗର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ । ରାଗର ଅନୁଭବକୁ କିଛି ପରିମାଣରେ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ଏବଂ କିଛି ପରିମାଣରେ ଚାପି ରଖିବା ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ସ୍ୱରୂପ । ସୁତରାଂ ରାଗକୁ ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ଅବଦମିତ ନକରି କିମ୍ବା ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ବାହ୍ୟପ୍ରକାଶର ରୂପ ନଦେଇ ପରିମିତ ପରିମାଣରେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସହାୟକ । ସମ୍ପର୍କର ପାରସ୍ପରିକତା ଏଥିପାଇଁ ଅନୁକୂଳ ପରିବେଶ ଯୋଗାଇଥାଏ । କିଛି ମାତ୍ରାରେ ରାଗର ଦମନ ସମ୍ପର୍କିତ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତି ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧାର ସୂଚକ ହୁଏ । ପୁଣି ପରିମିତ ପରିମାଣର ରାଗ ପ୍ରକାଶ ପାରସ୍ପରିକ ଦାବିଗୁଡ଼ିକୁ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପଦେଇ ସମ୍ପର୍କର ଗଭୀରତା ବୃଦ୍ଧି କରେ । ସ୍ଥୂଳତଃ, ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ମଧ୍ୟରେ ପରିମିତ ଅବଦମନ ଓ ପରିମିତ ପରିପ୍ରକାଶ ନାରୀମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟରକ୍ଷାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଆପଣ କେତେ ରାଗୀ ?

ନିମ୍ନରେ କେତୋଟି ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ଭଲ ରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ଆପଣ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେପରି ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ସୂଚାଇବା ପାଇଁ ବାକ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ୧,୨,୩,୪ ଲେଖାଯାଇଅଛି । ଆପଣଙ୍କର ଅନୁଭବ ଅନୁଯାୟୀ ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ନମ୍ବର ଅନ୍ୟ ଏକ କାଗଜରେ ଲେଖିରଖନ୍ତୁ । ପରିଶେଷରେ ଆପଣ ଲେଖିଥିବା ନମ୍ବରସବୁକୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

		ଆଦୌ ନୁହେଁ	ବେଳେ ବେଳେ	ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ	ପ୍ରାୟ ସବୁବେଳେ
୧.	ମୁଁ ଶାନ୍ତ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଛି ।	୪	୩	୨	୧
୨.	ମୁଁ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେକରେ ।	୪	୩	୨	୧
୩.	ମୁଁ ମାନସିକ ଚାପ ମଧ୍ୟରେ ରହିଛି ।	୧	୨	୩	୪
୪.	ମୁଁ ଅନୁତାପ କରୁଛି ।	୧	୨	୩	୪
୫.	ମୁଁ ଦୁଶ୍ଚିନ୍ତାରୁ ମୁକ୍ତ ।	୪	୩	୨	୧
୬.	ମୁଁ କ୍ଳାନ୍ତ ଅନୁଭବ କରୁଛି ।	୧	୨	୩	୪
୭.	ମୁଁ ଇଚ୍ଛା କରୁଛି ଯେ କୌଣସି ପ୍ରକାର ଅସୁବିଧା ନଆସୁ ।	୧	୨	୩	୪
୮.	ମୁଁ ସୁଖରେ ଅଛି ।	୪	୩	୨	୧
୯.	ମୁଁ ଉଦ୍‌ବେଗ (anxiety) ଅନୁଭବ କରୁଛି ।	୧	୩	୩	୪
୧୦.	ମୁଁ ଆରାମରେ ଅଛି ।	୪	୩	୨	୨
୧୧.	ମୋର ନିଜ ଉପରେ ଭରସା ଅଛି ।	୪	୩	୨	୧
୧୨.	ମୋତେ ଭୟ ଲାଗୁଛି ।	୧	୨	୩	୪
୧୩.	ମୁଁ ଭୟରେ ଥରୁଛି ।	୧	୨	୩	୪
୧୪.	ମୁଁ ଉତ୍ତେଜିତ ରହିଛି ।	୧	୨	୩	୪
୧୫.	ମୁଁ ମୋର ମନ ହାଲୁକା (ଶାନ୍ତ) ରଖିଛି ।	୪	୩	୨	୧
୧୬.	ମୁଁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ।	୪	୩	୨	୧
୧୭.	ମୁଁ ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ।	୧	୨	୩	୪
୧୮.	ମୁଁ ଅସ୍ଥିର ଓ ଉତ୍ତେଜିତ ।	୧	୨	୩	୪
୧୯.	ମୁଁ ଖୁସି ରହୁଛି ।	୪	୩	୨	୧
୨୦.	ମୁଁ ମଜାରେ ଅଛି ।	୪	୩	୨	୧

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆପଣ ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ନିଜକୁ ଦେଇଥିବା ନମ୍ବର ବା ମାର୍କ ମିଶାଇଲେ ଏହାର ଯୋଗଫଳ ୨୦ରୁ ୮୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଏହି ମାର୍କଟି ଆପଣଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗ (Anxiety)ର ପରିମାଣ । ଏହା ୨୦ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ଏହି ମାର୍କ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଭଲ । ଆପଣଙ୍କୁ ଜଣେ ଶାନ୍ତ ଏବଂ ଉଦ୍‌ବେଗହୀନ ବ୍ୟକ୍ତି ରୂପେ ବିଚାର କରାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୨୧ରୁ ୪୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ ବିଶେଷ ଚିନ୍ତା କରିବାର ନାହିଁ । ତଥାପି ଅଧିକ ଶାନ୍ତ ଅବସ୍ଥା ପାଇଁ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଶ୍ରେୟସ୍କର । ଆପଣଙ୍କର ନମ୍ବର ୪୧ ରୁ ୬୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ; ଆପଣଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ବୋଲି ଧରାଯିବ । ଉଦ୍‌ବେଗ କମାଇବା ପାଇଁ ଆପଣ ଏବେ ସତର୍କତାପୂର୍ଣ୍ଣ ପଦକ୍ଷେପ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଉଚିତ ହେବ । ଆପଣଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ୬୧ରୁ ବେଶୀ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣ ଉଦ୍‌ବେଗ କମାଇବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ପରାମର୍ଶ ଲୋଡ଼ିବା ବିଜ୍ଞତାର କାର୍ଯ୍ୟ ହେବ । ଅବହେଳା ନ କରି ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଆପଣଙ୍କ ପକ୍ଷେ ଉପଯୋଗୀ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ କାହିଁକି ?

ବିଷାଦ ଜୀବନରେ ଏକ ଅବାଂଛିତ ଦିଗ । ଜୀବନକୁ ଆନନ୍ଦମୁଖର କରିବାର ଆଗ୍ରହ ସମଗ୍ର ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନ ଉଦ୍ୟାନରେ ବିଷାଦ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଷାଦ ସାମୟିକ ଭାବରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ବିଶେଷ କ୍ଷତି ହୁଏନାହିଁ । ବିଷାଦର ମୁହୂର୍ତ୍ତ ଚାଲିଗଲା ପରେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ ପୁଣି ସଜାଡ଼ି ଦିଏ ଓ ଆନନ୍ଦ ମନରେ ଜୀବନଯାତ୍ରା ଗତିଶୀଳ ରଖେ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମୁଣ୍ଡ ଉପର ଦେଇ ବିଷାଦର ପକ୍ଷୀ ଉଡ଼ିଯିବାରେ ବିଶେଷ ଅସୁବିଧା ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ବିଷାଦର ପକ୍ଷୀଟି ମଣିଷର କେଶରାଶି ମଧ୍ୟରେ ବସା ନିର୍ମାଣ କରି ରହିଗଲେ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ବିଷାଦକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାରେ ବିଶେଷ ଅସୁବିଧା ନାହିଁ । ଅପ୍ରସନ୍ନ ଭାବ, କୌଣସି କାମରେ ମନ ନ ଲାଗିବା, ଚିଡ଼୍‌ଚିଡ଼ା ଲାଗିବା, ସ୍ଥିରତା ବଜାୟ ନରଖିବା, ଶରୀରରେ କିଛି ନା କିଛି ଅସୁବିଧା ଲାଗି ରହିବା, ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରିବା ଏବଂ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବ ବିଷାଦର ମୁଖ୍ୟ ଲକ୍ଷଣ । ଏପରି ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ତୀବ୍ର ଭାବରେ ଦୁଇ ସପ୍ତାହରୁ ଅଧିକ ସମୟ କ୍ରମାଗତ ଭାବରେ ଲାଗିରହିଲେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଓ ମନୋଚିକିତ୍ସକମାନେ ଅସୁବିଧାଟି ଏକ ସମସ୍ୟାର ରୂପ ନେଇଛି ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି ।

ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅବସାଦର ମାତ୍ରାକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ । ଆମେରିକା ପରି ଉନ୍ନତ ଦେଶମାନଙ୍କର ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ନାରୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପୁରୁଷ ସଂଖ୍ୟାର ଦୁଇଗୁଣ । ଭାରତ ପରି ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଦୁଇଗୁଣ ହେଲାପରି ଅଧିକ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷ ତୁଳନାରେ ଯଥେଷ୍ଟ ବେଶୀ । ଭାରତରେ କରାଯାଇଥିବା ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ ପ୍ରତି ଦଶଜଣ ପୁରୁଷରେ ଅଠରଜଣ ନାରୀ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ । ସୁତରାଂ ଉନ୍ନତ ଦେଶ ତୁଳନାରେ ଏପରି ଅନୁପାତ କମ୍ ନୁହେଁ । ପୁଣି ନାରୀମାନଙ୍କୁ ମାନସିକ ଚିକିତ୍ସାଳୟରେ ଭର୍ତ୍ତି କରିବା ପାଇଁ ଆମ ଦେଶରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସୀମିତ ସୁଯୋଗ ଥିବାରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ପ୍ରକୃତ ବିଷାଦ ହାର ଗବେଷଣା ଲବ୍ଧ ହାର ଠାରୁ ଅଧିକ ହୋଇପାରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ବହୁ ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଶକ୍ତିସାମର୍ଥ୍ୟ ଭିତରେ ଏପରି ଏକ ଅବାଞ୍ଛିତ ଅବସ୍ଥା ଅନୁଶୀଳନ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ବିଷୟ । ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କାହିଁକି ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଏକାଧିକ କାରଣ ଦର୍ଶାଇଲେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇଟି କାରଣ ବିଶେଷ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ।

ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ହେଉଛି ଶରୀର-ଭିତ୍ତିକ । ଶରୀରରେ ଯେଉଁସବୁ କ୍ଷରଣ ହୁଏ ସେଥିମଧ୍ୟରୁ ବହୁ କ୍ଷରଣ ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମାନ । ମାତ୍ର ପୁରୁଷ ଓ ସ୍ତ୍ରୀ ଉଭୟଙ୍କ ଅଳ୍ପ କେତୋଟି କ୍ଷରଣର ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ଓ ପ୍ରୋଜେଷ୍ଟେରୋନ୍ ନାମକ ହରମୋନ୍‌ର କ୍ଷରଣର ବିଚ୍ୟୁତି ନାରୀମାନଙ୍କ ବିଷାଦର କାରଣ ବୋଲି ଜୀବବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମତ ଦିଅନ୍ତି । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଏ ମତକୁ କିଛି ମାତ୍ରାରେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ।

ଏପରି ମତ ସପକ୍ଷରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭିତ୍ତିଭୂମି ରହିଛି । ନାରୀମାନଙ୍କର ଜୀବନ ପ୍ରବାହର କେତୋଟି ସନ୍ଧିକ୍ଷଣ ରହିଛି ଏବଂ ଏହି ସମୟରେ ହରମୋନ୍ କ୍ଷରଣର ଅସ୍ଥିରତା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଋତୁସ୍ରାବ ପୂର୍ବରୁ, ସନ୍ତାନଟିକୁ ଜନ୍ମ ଦେବା ପରେ ପରେ ଏବଂ ସବୁଦିନ ପାଇଁ ଋତୁସ୍ରାବ ବନ୍ଦ ହେବା ସମୟରେ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ ଓ ପ୍ରୋଜେଷ୍ଟେରୋନ୍ ହରମୋନ୍‌ର ସ୍ୱାଭାବିକ କ୍ଷରଣରେ ବିଚ୍ୟୁତି ଘଟେ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ଜୀବନର ଏହି ତିନୋଟି ସନ୍ଧିସ୍ଥଳରେ ବିଷାଦ ଘନୀଭୂତ ହେବାର ବେଶୀ ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । ନାରୀମାନେ ଏହିସବୁ ସମୟରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ କେତେକ ଜୀବବିଜ୍ଞାନୀ ମତ ଦିଅନ୍ତି ଯେ ଗର୍ଭସଞ୍ଚାର ସମୟରେ ପିତାମାତାଙ୍କ ଠାରୁ ଆସୁଥିବା କ୍ରୋମଜୋମ୍‌ମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଲିଙ୍ଗ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରୁଥିବା ଏକ୍ସ କ୍ରୋମଜୋମ୍‌ଟି ବିଷାଦ ଭାବ ସହିତ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ଥିବାର ବିଚାର କରାଯାଏ । ନାରୀମାନଙ୍କର ଦୁଇଟି (ଏକ୍ସ-ଏକ୍ସ) ଥିବାରୁ ସେମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ବୋଲି ଅନୁମାନ କରାଯାଏ । ତେବେ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସଠିକ୍ ପ୍ରମାଣମୂଳକ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ତଥ୍ୟ ମିଳିପାରି ନାହିଁ ।

ବିଷାଦର ମୂଳ କାରଣ ଯାହା ହେଉନା କାହିଁକି ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଧରଣର ଚିନ୍ତନ ଶୈଳୀ ନାରୀମାନଙ୍କର ବିଷାଦକୁ ଗଭୀର ଓ ବିସ୍ତୃତ କରେ ବୋଲି ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମତ ଦିଅନ୍ତି । ଏପରି ଶୈଳୀକୁ ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ଚିନ୍ତନଶୈଳୀ କୁହାଯାଇପାରେ । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେଲେ ନିଜର ବ୍ୟବହାର ଓ କାର୍ଯ୍ୟାନୁଷ୍ଠାନ ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ଫଳରେ ବିଷାଦର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ବିସ୍ତୃତ ନ ହୋଇ ସୀମିତ ରହେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଅଧିକାଂଶ ନାରୀ ବିଷାଦ ସମୟରେ ଅଧିକ ସ୍ମୃତିଚାରଣ ଓ ରୋମନ୍ଥନ କରିବା ଫଳରେ ବିଷାଦର ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧିପାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ରୋମନ୍ଥନ କରିବା ଫଳରେ ବିଷାଦର ମାତ୍ରା କାହିଁକି ବିସ୍ତୃତ ହୁଏ, ତାହାର ତିନୋଟି କାରଣ ରହିଛି । ପ୍ରଥମତଃ ରୋମନ୍ଥନ ଫଳରେ ନାରୀର ଅଭିନିବେଶ ରକ୍ଷା କରିବା, ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିବା ଏବଂ ନୂତନ କାର୍ଯ୍ୟ ଆରମ୍ଭ କରିବାରେ ଅସୁବିଧା ହୁଏ । ନଜର ଦେଇ ନପାରିବା ଏବଂ ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିବାର ଅସୁବିଧା ଫଳରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବିଷାଦ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏପରି ବିଫଳତା କ୍ରମାଗତ ହେଲେ ବିଷାଦକୁ ଅଧିକ ଗଭୀର କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଅଧିକ ଚିନ୍ତା ନକରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଯିବା ଫଳରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବିଫଳତାର ମାତ୍ରା ସୀମାବଦ୍ଧ ରହେ । ଏହା ବିଷାଦକୁ ମଧ୍ୟ କମାଇଦିଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ଚିନ୍ତନଶୈଳୀରେ ଅପ୍ରୀତିକର ସ୍ମୃତିସବୁ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ହୁଏ । ଅତୀତର ଦୁଃଖଦ ଘଟଣା, ଅପ୍ରୀତିକର ପରିସ୍ଥିତି, ବିଫଳତା ଓ ତିକ୍ତ ଅନୁଭୂତିସବୁ ମନେପଡ଼େ । ମଣିଷ ଯେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଅସହାୟ, ଏପରି ଅନୁଭବ ତୀବ୍ର ହୁଏ । ଅତୀତର କେଉଁ କଥା ଅଧିକ ମନେପଡ଼ିବ, ତାହା ବ୍ୟକ୍ତିର ମିଜାସ ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥିବାରୁ ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ମିଜାସ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ନକାରାତ୍ମକ ସ୍ମୃତି ମଧ୍ୟରେ ବାନ୍ଧିଦିଏ । ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଆଶାହୀନତା ଓ ଅସହାୟତା ମଧ୍ୟରେ ବନ୍ଦୀ ହୁଏ ।

ତୃତୀୟତଃ, ରୋମନ୍ଥନ କରିବାର ଅଭ୍ୟାସ ଆଗାମୀ ଦିନ ପାଇଁ ମଧ୍ୟ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଭବିଷ୍ୟତରେ ଆଶା ଭରସାର ସ୍ୱପ୍ନ ନ ଦେଖି ରୋମନ୍ଥନକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତି ଆଶଙ୍କାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ । ନାରୀମାନେ ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ବିଶ୍ଳେଷଣ-ଭଙ୍ଗୀ ଗ୍ରହଣ କରି ଉଦ୍ଭୁଡ଼ି ଯାଇଥିବା ଅବସ୍ଥାକୁ ସଜାଡ଼ି ଦେବାର ଆଶା ଦର୍ଶାନ୍ତି ନାହିଁ । ମୂଳତଃ ଏକ ପ୍ରତିକାରମୁଖୀ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ବିଷାଦକୁ ସୀମିତ ରଖିବା ସ୍ଥଳେ ରେମାନ୍ଥନମୁଖୀ ଚିନ୍ତନଭଙ୍ଗୀ ବିଷାଦକୁ ବିସ୍ତୃତ କରେ । ପୁଣି ନାରୀମାନେ ଅଧିକମାତ୍ରାରେ ଏପରି ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ଚିନ୍ତନଶୈଳୀର ଶରବ୍ୟ ହୋଇଥିବାରୁ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି ।

ଆଲୋଚନାରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ ଯେ ବିଷାଦ ବିରୋଧରେ ସଂଗ୍ରାମ କରିବାକୁ ହେଲେ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଏକ ସକ୍ରିୟାତ୍ମକ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ବିଷାଦ ସମୟରେ ସ୍ମୃତିଚାରଣ ନ କରି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ଚାହିଁ କ'ଣ କରିହେବ, କିପରି ସମାଧାନ ସମ୍ଭବ ଏପରି ଗଠନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମର ଯୋଜନା କରିବାକୁ ହେବ । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଥାଇ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ହାତକୁ ନେଇ ଏବଂ ନିଜକୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ନିଯୁକ୍ତ ରଖିବାର ମନୋବୃତ୍ତି ଓ ବିଶ୍ୱାସ ବିଜୟରେ ସହାୟକ ହୁଏ । କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ସମୟରେ କାର୍ଯ୍ୟଜନିତ ଭାବନା ସବୁ ମନରେ ସ୍ଥାନ ପାଉଥିବାରୁ ବିଷାଦମୁଖୀ ଚିନ୍ତା ଅପସାରିତ ହୁଏ । ରୋମନ୍ଥନକୁ କମାଇବା ପାଇଁ ନିଜକୁ ସକ୍ରିୟ କରିବାକୁ ହେବ । କୌଣସି କାମରେ ମନୋନିବେଶ କରିବାକୁ ହେବ । ଏପରି କ୍ରିୟାମୂଳକ ପଦକ୍ଷେପ ନାରୀମାନଙ୍କର ରୋମନ୍ଥନମୁଖୀ ଚିନ୍ତନ ଶୈଳୀର କୁପ୍ରଭାବ କଟାଇବାରେ ଅଧିକ ସହାୟକ ହେବ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆପଣ କେତେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ?

ଏହି ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀରେ ଏକୋଇଶିଟି ବିଭାଗ (କ,ଖ,ଗ,ଘ ଇତ୍ୟାଦି)ର ବାକ୍ୟ ସବୁ ରହିଛି । ପ୍ରତି ବିଭାଗର ବାକ୍ୟ ମନେଦେଇ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ଆଜିକୁ ମିଶାଇ ଗତ ଦୁଇ ସପ୍ତାହ ଧରି ଆପଣ ଯେପରି ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ତାହାକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ସୂଚାଉଥିବା ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବାକ୍ୟଟି ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ । ପ୍ରତି ବିଭାଗରୁ ଗୋଟିଏ ମାତ୍ର ବାକ୍ୟ ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ଏହି ବିଭାଗରେ ବାକ୍ୟର ସଂଖ୍ୟାଟିକୁ ଗୋଟିଏ କାଗଜରେ ଲେଖିରଖନ୍ତୁ । କୌଣସି ବିଭାଗ ପାଇଁ ଏକାଧିକ ସଂଖ୍ୟା ଟିପନ୍ତୁ ନାହିଁ ।

(କ) ୦. ମୁଁ ଅନୁଭବ କରୁନାହିଁ ।
୧. ବହୁ ସମୟରେ ମୋତେ ଦୁଃଖ ଲାଗୁଛି ।
୨. ମୁଁ ସବୁବେଳେ ଦୁଃଖ ଅନୁଭବ କରୁଛି ।
୩. ମୋ ଦୁଃଖର ସୀମା ନାହିଁ ।

(ଖ) ୦. ମୋର ଭବିଷ୍ୟତ ନେଇ ମୁଁ ନିରୁତ୍ସାହିତ ନୁହେଁ ।
୧. ଅତୀତ ତୁଳନାରେ ବର୍ତ୍ତମାନ ମୁଁ ମୋର ଭବିଷ୍ୟତ ନେଇ ହତୋତ୍ସାହ ।
୨. ମୁଁ ଭାବୁଛି ଯେ ଘଟଣା ସବୁ ମୋ ଭାଗ୍ୟର ଅନୁକୂଳ ନୁହେଁ ।
୩. ମୋର ଭବିଷ୍ୟତ ଅନ୍ଧକାର ଏବଂ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଖରାପ ହେବାକୁ ଯାଉଛି ।

(ଗ) ୦. ମୋର ମନେ ହୁଏନାହିଁ ଯେ ମୁଁ ବିଫଳ ହୋଇଛି ।
୧. ମୋର ଯେତିକି ବିଫଳ ହେବାର କଥା ତାଠାରୁ ମୁଁ ଅଧିକ ବିଫଳ ହୋଇଛି ।
୨. ଅତୀତକୁ ଫେରି ଚାହିଁଲେ ମୁଁ ଅନେକ ବିଫଳତା ହିଁ ଦେଖୁଛି ।
୩. ବ୍ୟକ୍ତି ହିସାବରେ ମୋ ଜୀବନ କେବଳ ବିଫଳତାରେ ହିଁ ପୂର୍ଣ୍ଣ ।

(ଘ) ୦. ମୁଁ ମୋର କାର୍ଯ୍ୟ ମାଧ୍ୟମରେ ଅନୁଭବ କରୁଛି ।
୧. ଅତୀତ ତୁଳନାରେ ଏବେ ମୁଁ କାମରୁ ଆନନ୍ଦ ପାଉନାହିଁ ।
୨. ଯେଉଁ ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟରୁ ମୁଁ ଆନନ୍ଦ ପାଉଥିଲି ଏବେ ସେସବୁ କାମ ମୋତେ ଆନନ୍ଦ ଦେଉନାହିଁ ।
୩. ମୁଁ କାମରୁ କିଛି ହିଁ ଆନନ୍ଦ ପାଉନାହିଁ ।

(ଙ) ୦. ମୋ ମନରେ କିଛି ଗ୍ଲାନି (ନିଜର ଦୋଷ ସମ୍ପର୍କରେ) ନାହିଁ ।
୧. ମୁଁ କରିଥିବା ଅନେକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମୋର ଗ୍ଲାନିଭାବ ରହିଯାଉଛି ।
୨. ବହୁ ସମୟରେ ମୋ ମନରେ ଗ୍ଲାନିଭାବ ଆସୁଛି ।
୩. ସବୁବେଳେ ମୋ ମନରେ ଗ୍ଲାନିଭାବ ଆସୁଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

(ଚ) ୦. ମୋର ମନେ ହୁଏ ନାହିଁ ଯେ ମୋତେ କିଏ ଶାସ୍ତି ଦେଉଛି ।
୧. ମୋର ମନେହୁଏ ଯେ ମୁଁ ଶାସ୍ତି ପାଇପାରେ ।
୨. ମୁଁ ଭାବେ ମୋତେ କେହି ଶାସ୍ତି ଦେଉଛି ।
୩. ମୋର ମନେହୁଏ ମୁଁ ଶାସ୍ତି ପାଉଛି ।

(ଛ) ୦. ମୁଁ ପୂର୍ବପରି ସ୍ୱାଭାବିକ ଅନୁଭବ କରୁଛି ।
୧. ମୁଁ ମୋର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ହରାଇଛି ।
୨. ମୋର ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ନେଇ ମୋ ମନରେ ହତାଶ ଭାବ ଆସୁଛି ।
୩. ମୋ ପ୍ରତି ମୋର ଘୃଣା ଅଛି ।

(ଜ) ୦. ମୁଁ ସାଧାରଣତଃ ମୋ ପ୍ରତି କଟୁ ସମାଲୋଚନା କରିନଥାଏ ।
୧. ଅଭାବ ଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ନିଜକୁ ଅଧିକ କଟୁ ସମାଲୋଚନା କରୁଛି ।
୨. ମୋର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ପାଇଁ ମୁଁ ନିଜକୁ କଟୁ ସମାଲୋଚନା କରେ ।
୩. ସବୁ ଅଘଟଣ ପାଇଁ ମୁଁ ନିଜକୁ ଦୋଷ ଦିଏ ।

(ଝ) ୦. ମୋ ମନରେ ଆତ୍ମହତ୍ୟାର କୌଣସି ଭାବନା ନାହିଁ ।
୧. ଆତ୍ମହତ୍ୟାର ଭାବନା ମୋ ମନକୁ ଆସେ, କିନ୍ତୁ ମୁଁ ସେପରି କିଛି କରିବି ନାହିଁ ।
୨. ମୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିପାରେ ।
୩. ସୁଯୋଗ ମିଳିଲେ ମୁଁ ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବି ।

(ଞ) ୦. ଅତୀତ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ଏବେ ବେଶୀ କାନ୍ଦୁନାହିଁ ।
୧. ପୂର୍ବଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ଏବେ ବେଶୀ କାନ୍ଦୁଛି ।
୨. ଏବେ ମୁଁ ଛୋଟ ଛୋଟ କଥାରେ କାନ୍ଦୁଛି ।
୩. ମୋତେ କାନ୍ଦ ମାଡୁଛି, କିନ୍ତୁ ମୁଁ କାନ୍ଦି ପାରୁନାହିଁ ।

(ଟ) ୦. ମୁଁ ଅସ୍ଥିରତା ଅନୁଭବ କରୁନାହିଁ ।
୧. ମୁଁ ପୂର୍ବଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଅସ୍ଥିରତା ଅନୁଭବ କରୁଛି ।
୨. ମୁଁ ଏତେ ବେଶୀ ଅସ୍ଥିରତା ଅନୁଭବ କରୁଛି ଯେ ମୁଁ ଗୋଟିଏ ଜାଗାରେ ବସିରହିବା କିମ୍ବା ଠିଆହୋଇ ରହିପାରୁ ନାହିଁ ।
୩. ମୋର ଅସ୍ଥିରତା ଏତେ ବେଶୀ ଯେ ମୁଁ ଦ୍ରୁତଗତିରେ ଏପଟ ସେପଟ ହେଉଛି ।

(ଠ) ୦. ଅନ୍ୟବସ୍ତୁ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରେ ମୋର ପୂର୍ବପରି ଆଗ୍ରହ ରହିଛି ।
୧. ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ମୋର ଆଗ୍ରହ କମିଯାଇଛି ।
୨. ବହୁତ ଜିନିଷ ଏବଂ ବହୁତ ଲୋକଙ୍କ ବିଷୟରେ ମୋର ଆଗ୍ରହ କମିଯାଉଛି ।
୩. ଆଗ୍ରହ ଜନ୍ମାଇବା ବର୍ତ୍ତମାନ ମୋ ପକ୍ଷରେ କଷ୍ଟ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

(ଢ଼) ୦. ମୁଁ ପୂର୍ବପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିପାରେ ।
୧. ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ମୁଁ ଏବେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇପାରୁନାହିଁ ।
୨. ଅତୀତ ତୁଳନାରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ ଦକ୍ଷତା ମୋର ଯଥେଷ୍ଟ କମିଯାଉଛି ।
୩. ମୁଁ ଏବେ କୌଣସି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇପାରୁନାହିଁ ।

(ଢ଼) ୦. ମୁଁ ନିଜକୁ ଅଯୋଗ୍ୟ ମନେ କରୁନାହିଁ ।
୧. ଅତୀତରେ ମୁଁ ନିଜକୁ ଯେପରି ଯୋଗ୍ୟ ମନେ କରୁଥିଲି ଏବେ ସେପରି ଅନୁଭବ ମନକୁ ଆସୁନାହିଁ ।
୨. ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ନିଜକୁ ଅଧିକ ଅଯୋଗ୍ୟ ମନେ କରୁଛି ।
୩. ମୁଁ ପୂରାପୂରି ନିଜକୁ ଅଯୋଗ୍ୟ ମନେ କରୁଛି ।

(ଣ) ୦. ମୁଁ ପୂର୍ବପରି ଶକ୍ତ ରହିଛି ।
୧. ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ମୋର ଶକ୍ତି କମିଯାଇଛି ।
୨. ବହୁତ କିଛି କରିବା ପାଇଁ ଏବେ ଶକ୍ତି ନାହିଁ ।
୩. କିଛି କହିବା ପାଇଁ ଏବେ ମୋର ଶକ୍ତି ନାହିଁ ।

(ତ) ୦. ମୁଁ ପୂର୍ବପରି ଶୋଉଛି ।
୧. ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ଅଧିକ ଶୋଉଛି କିମ୍ବା (ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ କମ୍ ଶୋଉଛି) ।
୨. ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ବହୁତ ବେଶୀ ଶୋଉଛି । କିମ୍ବା (ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ବହୁତ କମ୍ ଶୋଉଛି ।)
୩. ମୁଁ ଦିନରେ ମଧ୍ଯ ବେଶୀ ଶୋଇ ରହୁଛି । କିମ୍ବା (ବିଛଣାରୁ ଉଠିବାର ଘଣ୍ଟେ ଦୁଇ ଘଣ୍ଟା ପୂର୍ବରୁ ମୋର ନିଦ ଭାଙ୍ଗିଯାଉଛି ଏବଂ ଆଉ ନିଦ ହେଉନାହିଁ) ।

(ଦ) ୦. ସାଧାରଣ ଲୋକ ଯେତିକି ବିରକ୍ତ ହୁଅନ୍ତି, ମୁଁ ସେତିକି ହିଁ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ହୁଏ ।
୧. ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ଅଧିକ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ହୁଏ ।
୨. ସାଧାରଣ ଲୋକଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ମୁଁ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ହୁଏ ।
୩. ମୋତେ ସବୁବେଳେ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ଲାଗେ ।

(ଧ) ୦. ପୂର୍ବପରି ମୋତେ ଏବେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଭୋକ ଲାଗେ ।
୧. ମୋତେ ଏବେ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା କମ୍ ଭୋକ ଲାଗେ । କିମ୍ବା (ମୋତେ ଏବେ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ବେଶୀ ଭୋକ ଲାଗେ ।)
୨. ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ମୋତେ ଏବେ ବହୁତ କମ୍ ଭୋକ ଲାଗେ । କିମ୍ବା (ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ମୋତେ ଏବେ ବହୁତ ବେଶୀ ଭୋକ ଲାଗେ)
୩. ମୋତେ ପ୍ରାୟ ଭୋକ ଲାଗେ ନାହିଁ । କିମ୍ବା (ମୋତେ ପ୍ରାୟ ସବୁବେଳେ ଭୋକ ଲାଗେ)

Digitized by srujanika@gmail.com

(ନ) ୦. ପୂର୍ବପରି ମୋର ଏକାଗ୍ରତା ରହିଛି ।
୧. ମୁଁ ପୂର୍ବପରି ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିପାରେ ନାହିଁ ।
୨. ଦୀର୍ଘସମୟ ଧରି କୌଣସି ବିଷୟରେ ଏକାଗ୍ରତା ରକ୍ଷା କରିବା ମୋ ପକ୍ଷରେ କଷ୍ଟ ।
୩. ମୋର ଆଦୌ ଏକାଗ୍ରତା ନାହିଁ ।

(ପ) ୦. ମୁଁ କ୍ଳାନ୍ତ ଅନୁଭବ କରୁନାହିଁ ।
୧. ମୁଁ ଅଳ୍ପରେ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇପଡୁଛି ।
୨. ଅତୀତ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ଏବେ ଖୁବ୍ ବେଶୀ କ୍ଳାନ୍ତ ଅନୁଭବ କରୁଛି ।
୩. ମୁଁ ପ୍ରାୟ ସବୁବେଳେ କ୍ଳାନ୍ତ ରହୁଛି ।

(ଫ) ୦. ମୁଁ ମୋର ଯୌନ ଇଚ୍ଛାରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଦେଖୁନାହିଁ ।
୧. ପୂର୍ବ ଅପେକ୍ଷା ମୋର ଯୌନ କାମନା କମିଛି ।
୨. ମୋର ଯୌନ କାମନା ଖୁବ୍ କମିଛି ।
୩. ମୋର ଯୌନ କାମନା ପ୍ରାୟ ନାହିଁ ।

ଆପଣ କେତେ ପରିମାଣରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ, ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆପଣ ଟିପି ରଖିଥିବା ନମ୍ବରସବୁକୁ ମିଶାନ୍ତୁ । ଆପଣଙ୍କ ବିଷାଦର ମାତ୍ରା ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ଏହି ସଂଖ୍ୟାଟି ୦ରୁ ୬୩ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଆପଣଙ୍କର ମାତ୍ରାଟି ୨୧ ମଧ୍ୟରେ ରହୁଥିଲେ ବିଶେଷ ଚିନ୍ତା କରିବାର ପ୍ରୟୋଜନ ନାହିଁ । ୨୨ ରୁ ୪୨ ମଧ୍ୟରେ ରହୁଥିଲେ ଆପଣଙ୍କୁ ସତର୍କ କରିବାକୁ ପଡ଼ିବ । ସାଙ୍ଗ ସାଥୀ ଏବଂ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେଇ ନିଜର ବିଷାଦର ମାତ୍ରାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଆପଣଙ୍କର ବିଷାଦର ମାତ୍ରା ୪୫ରୁ ବେଶୀ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ କିମ୍ବା ମନୋଚିକିତ୍ସକଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ଉଚିତ ହେବ । ମନେରଖନ୍ତୁ ଯେ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଅନୁସାରେ ଆପଣ ଜୀବନଶୈଳୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିପାରିବେ ଏବଂ ବିଷାଦମୁକ୍ତ ଜୀବନଯାପନ କରିପାରିବେ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ବୈବାହିକ ସମ୍ବନ୍ଧ ଓ ବିଷାଦ

ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିବାହ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧରଣର ଅନୁଭୂତି । ଗୋଟିଏ ପକ୍ଷରେ ଏହା ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଏକ ଦୃଢ଼ ବଳୟ ସୃଷ୍ଟିକରି ନାରୀମାନଙ୍କୁ ମାନସିକ ସୁରକ୍ଷା ପ୍ରଦାନ କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବୈବାହିକ ସମ୍ପର୍କରେ ତୀବ୍ର ତିକ୍ତତା ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ ନାରୀ ମନରେ ବିଷାଦର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ନାରୀ ଜୀବନରେ ଏପରି ସମ୍ପର୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏହାର ସ୍ୱରୂପ ବିଷୟରେ ପରିଚିତି ଆବଶ୍ୟକ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ (Intimacy) ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ଏକ ପ୍ରକାର ଦେଖନ୍ତି କି ? ଏହା ଏକ ମୌଳିକ ପ୍ରଶ୍ନ ।

ବିବାହ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ସମ୍ଭାବନାକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ କେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖନ୍ତି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଗବେଷଣା କରାଯାଇଛି । ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ହେଉଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ବୈବାହିକ ଜୀବନର ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ଏକ ସାମଗ୍ରିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ବିଚାର କରନ୍ତି । ଏହାକୁ ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧରଣର ବନ୍ଧୁତ୍ୱ (Companionship)ର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଦିଅନ୍ତି । ଜଣେ ଲୋକ ସହିତ ଏକତ୍ର କାମ କରିବା ସମୟରେ ବନ୍ଧୁତ୍ୱ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ସହକର୍ମୀମାନଙ୍କ ସହିତ କାରବାର କରିବା ଫଳରେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ବଢ଼େ । ସେହିପରି ନିଜର ପତ୍ନୀଙ୍କ ସହିତ ସହାବସ୍ଥାନ ଚାହିଦା ପୂରଣ ଓ ଭାବଗତ ବିନିମୟ ମାଧ୍ୟମରେ ସଖ୍ୟଭାବ (Companionship) ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ମୋଟ ଉପରେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ବିଭିନ୍ନ ଉପାଦାନ ସବୁ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସେଗୁଡ଼ିକ ସମ୍ପର୍କରେ ପୃଥକଭାବେ ପୁରୁଷମାନେ ସଚେତନ ନଥାନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ସମାନ ସଂଜ୍ଞାପ୍ରଦାନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଉପାଦାନ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ଥାଏ । ସମୁଦାୟ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଆକଳନ କରିବା ସମୟରେ କେଉଁ ଉପାଦାନର ମାତ୍ରା ବଢୁଛି କି କମୁଛି, ତା ପ୍ରତି ବିଶେଷ ନଜର ଥାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ସମ୍ପର୍କରେ ନାରୀର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଅଧିକ ଜଟିଳ ।

ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ତିନୋଟି ଉପାଦାନ ସମ୍ପର୍କରେ ନାରୀ ଖୁବ୍ ସଚେତନ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ନିଜ ମନକଥା ଖୋଲି କହିବାର ମନୋଭାବ । ଏହା ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ନିଜର ସ୍ୱାମୀ ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବରେ ମନର କଥା କେତେ ବେଶୀ କହୁଛନ୍ତି, ତାହା ନାରୀ ଆକଳନ କରିଥାଏ । କେତେ ଗୋପନୀୟ ଓ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କଥା ପ୍ରକାଶ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ମଧ୍ୟ କଳନା କରାଯାଏ । ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ଗୋପନୀୟ କଥା ସବୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ମାତ୍ରା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ନାରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଗଭୀରତା ମାପକରେ ।

ନାରୀ ପାଇଁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଅନ୍ୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ବନ୍ଧୁତ୍ୱ (Companionship) । ସ୍ୱାମୀ କେତେବେଶୀ କାର୍ଯ୍ୟ ସବୁରେ ସହାୟତା କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ସଖ୍ୟର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୁଏ । ଏକାଠି ସମୟ କାଟିବା, ଏକାଠି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବା ଏବଂ ଏକାଠି ବୁଲିଯିବା ପରି ସହଯୋଗପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟ ମାଧ୍ୟମରେ ସଖ୍ୟଭାବ ଦୃଢ଼ ହୁଏ । ନାରୀ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ବନ୍ଧୁତାର କଳନା କଲାବେଳେ ଯେପରି ଏହି ଉପାଦାନଟିର ମାତ୍ରା ଦେଖିଥାଏ, ନିଜ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ସହିତ ସଖ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣରେ ଏସବୁର ମୂଲ୍ୟାୟନ ମଧ୍ୟ କରିଥାଏ ।

ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ତୃତୀୟ ଉପାଦାନଟି ମଧ୍ୟ ନାରୀ ପାଇଁ ବେଶୀ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତାହା ହେଉଛି ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ନାରୀର ଆତ୍ମସମ୍ମାନବୋଧ । ସଫଳ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ନାରୀ ମନରେ ଏକ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ (Self esteem) ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଏହାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ସେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ବିକାଶ ଘଟାଏ । ପୁରୁଷମାନେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାରୁ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧର ଅନୁଭୂତି ପାଆନ୍ତି; ମାତ୍ର ଏହାକୁ ଏକ ପୃଥକ୍ ଉପାଦାନ ହିସାବରେ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିବାର ସଚେତନତା ନଥାଏ ।

ବିବାହ-ଜନିତ ଏହି ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ସ୍ୱରୂପ ନେଇ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିବା ତାରତମ୍ୟ କେତେକ ପରିଣତି ସୃଷ୍ଟି କରେ । ପ୍ରଥମତଃ ପୁରୁଷମାନେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ଏକ ସାମଗ୍ରିକ ପରିପ୍ରକାଶର ମାନ୍ୟତା ଦେଉଥିବାରୁ ଏହାର କମ୍ ବା ବେଶୀ ମାତ୍ରା ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଭାବିତ କଲେ ମଧ୍ୟ କୌଣସି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉପାଦାନର ସ୍ୱଳ୍ପତା ବିଶେଷ ହାନିକର ହୋଇ ନଥାଏ । ହୁଏତ ଅନ୍ୟ ଉପାଦାନର ବହୁଳତା ଏହାକୁ ପୂରଣ କରିଦିଏ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପାଦାନସବୁ ପୃଥକୀକୃତ ଏବଂ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର । ତେଣୁ ପ୍ରତିଟି ଉପାଦାନର ପରିପୁଷ୍ଟି ଆବଶ୍ୟକ । ଗୋଟିକର ବହୁଳତା ଅନ୍ୟଟିର ଅଭାବ ପୂରଣ କରିପାରିବ ନାହିଁ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ସ୍ୱାମୀ ଯେତେ ବେଶୀ ସମୟ ଦେଇ ଘର କାମରେ ସାହାଯ୍ୟ କଲେ ମଧ୍ୟ ମନର କଥା ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବେ ନ କହିଲେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ବୃଦ୍ଧି କରିପାରିବେ ନାହିଁ । ସୁତରାଂ ନାରୀପାଇଁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ସୃଷ୍ଟି କରିବାକୁ ହେଲେ ପୁରୁଷକୁ କେବଳ (Aggregate) ସମୁଦାୟ ବେଶୀ ନମ୍ବର ହାସଲ କଲେ ଚଳିବନାହିଁ, ତିନୋଟି ଉପାଦାନ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତିଟିରେ ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ସଫଳତା ହାସଲ କରିବାକୁ ହେବ ।

ବୈବାହିକ ଜୀବନର ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦା (Self-esteem) ଲାଭ କରେ । ମାତ୍ର ଏହାର ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ପ୍ରତି ସଚେତନ ନଥିବାରୁ ଏହାର ହ୍ରାସ ଜୀବନରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରି ନଥାଏ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନେ ଏହାକୁ ପୃଥକ୍ ଓ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଉପାଦାନର ସ୍ୱୀକୃତି ଦିଅନ୍ତି । ଏହାର ପରିଣତି ଖୁବ୍ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ହ୍ରାସ ହେଲେ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧର କ୍ଷତି ଘଟେ ଏପରି କ୍ଷତି ମାନସିକ ବିଷାଦ ଓ ମାନସିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ବୃଦ୍ଧି କରେ । ସରଳ ଭାଷାରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ବୁଝାଯିବ ଯେ ବୈବାହିକ ଜୀବନର ବିଫଳତା (ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ହାନି) ପୁରୁଷ ପାଇଁ ମାନସିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ତୁଳନାରେ ନାରୀ ଜୀବନରେ ଅସଂଗତି ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ବହୁତ ବେଶୀ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସତର୍କତାର ସହିତ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ପରିଚାଳନା ନାରୀ ପାଇଁ ଗଭୀର ପ୍ରୟୋଜନ ।

ନାରୀ ପାଇଁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ସଂଜ୍ଞା

୧. ନାରୀ ପାଇଁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ସଂଜ୍ଞା କେତେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଭିନ୍ନ ।

୨. ନିଜର ମନ କଥା ପ୍ରକାଶ କରିବା (Self Disclosure) ଏବଂ ସଖ୍ୟଭାବ ଏହି ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ ଉପାଦାନ ରହିଛି ।

୩. ଏହି ଦୁଇଟି ଉପାଦାନର ପରିମାଣ ନାରୀର ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ (Self Concept) ଏବଂ ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ (Self-Esteem) ନିର୍ମାଣ କରେ ।

୪. ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାରେ ବାଧା ଏବଂ ସଖ୍ୟଭାବର ଅଭାବ ନାରୀର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧକୁ ଯେତିକି କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରେ, ପୁରୁଷର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧକୁ ସେତିକି କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରି ନଥାଏ ।

୫. ସୁତରାଂ ବିବାହ-ବିଚ୍ଛେଦଜନିତ ଘଟଣାସବୁ (ଆତ୍ମପ୍ରକାଶର ଅଭାବ ଓ ସଂଖ୍ୟଭାବର ଅଭାବ) ନାରୀକୁ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ କରିବା ସ୍ଥଳେ, ପୁରୁଷକୁ ବିଶେଷ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରି ନଥାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ବୈବାହିକ ସମ୍ପର୍କ ଯେତେବେଳେ ସମସ୍ୟା ବିଜଡ଼ିତ

ଉଗ୍ର ଆଧୁନିକତାର ଆଘାତରେ ବିବାହପରି ଏକ ସାମାଜିକ ଅନୁଷ୍ଠାନ ବହୁ ଘାତ ପ୍ରତିଘାତରେ ଶିକାର ହୋଇଛି । ଆମେରିକା ମହାଦେଶରେ ଅଧାରୁ ବେଶୀଭାଗ ବିବାହ ବିଫଳତାର ଶରବ୍ୟ ହୋଇ ଛାଡ଼ପତ୍ରର ପରିଣତି ଗ୍ରହଣ କରୁଛି । ଭାରତପରି ପ୍ରାଚୀନ ପରମ୍ପରା-ସମୃଦ୍ଧ ଦେଶରେ ମଧ ଏହାର ଅଶୁଭ ସଂକେତକୁ ପୂରାପୂରି ଉପେକ୍ଷା କରିହେବ ନାହିଁ । ପରିଣତି ଏକ ଭୟାବହ ରୂପ ନେବା ପୂର୍ବରୁ ବିଚାରଶୀଳ ସତର୍କତା ଏବଂ ପଦକ୍ଷେପ ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ । ନାରୀର ସ୍ୱାତନ୍ତ୍ର୍ୟ ଓ ସ୍ୱାଭିମାନ ରକ୍ଷା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବୈବାହିକ ଜୀବନକୁ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ଓ ଫଳପ୍ରଦ କରିବା ଏକ ବଡ଼ଧରଣର ଆହ୍ୱାନ ।

ବିବାହ ନିବିଡ଼ ଓ ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ପର୍କର ଏକ ବିଶେଷ ମାଧମ । କେବଳ ଶରୀରଭିତ୍ତିକ ନୁହେଁ, ଜ୍ଞାନଗତ ଓ ଭାବଗତ ଚାହିଦା ପରିପୂରଣତାରେ ଏହା ଏକ ସୁଗମ ରାସ୍ତା । ତଥାପି ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ଏହି ସମ୍ପର୍କ ବଳୟରେ କେତେକ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏହାର ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ରହିଛି । ପ୍ରଥମତଃ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସମ୍ଭାବିତ କାରଣ ରହିଥିବାରୁ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିବା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରତିଷେଧମୂଳକ କର୍ମପନ୍ଥା ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟରେ ସମସ୍ୟାଟି ରୂପ ନେଲା ପରେ ତାହାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ପ୍ରତିବିଧାନ କରାଯାଇପାରେ ।

ଆଲୋଚନା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରଥମେ ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ଦିଗ (Quality) ବିଷୟରେ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ଧାରଣା ଆବଶ୍ୟକ । ଅତି ସହଜ ଭାବରେ ବୈବାହିକ ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ପରିମାଣକୁ ସଂଖ୍ୟାରେ ଏହିପରି ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇପାରେ ।

$$\text{ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ମାତ୍ରା} = \frac{\text{ସକାରାତ୍ମକ ଆଦାନପ୍ରଦାନ}}{\text{ନକାରାତ୍ମକ ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ}}$$

ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ସକାରାତ୍ମକ (Positive) ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ (ଭାବ ବିନିମୟ) ଯେତେ ଅଧିକ ହେବ ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ସେତେ ବେଶୀ ହେବ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନକାରାତ୍ମକ (Negative) କ୍ରିୟା ପ୍ରତିକ୍ରିୟା (ଦୋଷାରୋପ, ଗାଳିଗୁଲଜ ଇତ୍ୟାଦି) ଅଧିକ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସମ୍ପର୍କରେ ଗୁଣାତ୍ମକ ମାତ୍ରା ହ୍ରାସ ପାଇବ । ଅବଶ୍ୟ ସକାରାତ୍ମକ ଓ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବ ବିନିମୟର ମାତ୍ରା ବାହାରୁ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା କଷ୍ଟକର ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପତିପତ୍ନୀ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରେ ପରିବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କିପରି ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ତାହାହିଁ ବଡ଼ କଥା ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି ସକାରାତ୍ମକ ଭାବବିନିମୟ ବୃଦ୍ଧି ଓ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବବିନିମୟ (Exchange) ହ୍ରାସ ପାଇବ କିପରି ? ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ସୁସମ୍ପର୍କ ଯେଉଁ କେତୋଟି ବିଶିଷ୍ଟ ଉପାଦାନ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ସେହି ଅଳ୍ପ କେତୋଟି କୌଶଳ ଉପରେ ଆଲୋଚନା କରାଯିବ ।

ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଉପାଦାନ ହେଉଛି ପାରମ୍ପରିକତା (RECIPROCITY) ଓ ଯତ୍ନଶୀଳତା (Caring) । ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନୁଭବ କରିବା ଉଚିତ ଯେ ସେ ଅନ୍ୟଠାରୁ କିଛି ପାଉଛି ଏବଂ ତାକୁ ମଧ୍ୟ କିଛି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ଅବଶ୍ୟ ସୁସମ୍ପର୍କ ଥିବା ସମୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ପ୍ରୀତି ଦୁଇଦିଗରେ ତୀବ୍ର ପ୍ରବାହିତ ହେଉଥିବାରୁ ଏ ବିଷୟରେ ସେମାନେ ଚିନ୍ତା କରିନଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ସମ୍ପର୍କ ସମସ୍ୟା ବିଜଡ଼ିତ ହୋଇ ପଡ଼ିଲେ କିମ୍ବା ଏପରି ଘଟଣାର ଆଶଙ୍କା ଦେଖାଦେଲେ ଏ ନୀତିଟି ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେବା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଏହା ସମାନ ଭାବରେ ଉପଯୋଗୀ । ତଥାପି ନାରୀମାନଙ୍କର ହିତଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏଠାରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ବୈବାହିକ ସମ୍ପର୍କ ଧୀରେ ଧୀରେ ସମସ୍ୟା ବିଜଡ଼ିତ ହେବା ସମୟରେ ମାନସିକ ବିଚାରସବୁ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ । ଏ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କେତେକ ସାଧାରଣ କଥା ମଧ୍ୟ ପାଶୋରିଯାଏ । ସୁତରାଂ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟସବୁକୁ ଡ଼ାଏରୀ ବା ଦିନଲିପିରେ ପୂର୍ବରୁ ଲିପିବଦ୍ଧ କରି ସେଗୁଡ଼ିକ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କଲାପରି ନାରୀ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିଗକୁ ଯତ୍ନଶୀଳତାର ଦିନ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରିପାରନ୍ତି । ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ରୁଚି ଓ ଅଭୀପ୍ସାକୁ ଚାହିଁ ବିଶେଷ କିଛି କରିବାର ଯୋଜନା ପୂର୍ବରୁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରନ୍ତି । ପତିଙ୍କୁ ଆନନ୍ଦ ଦେବା ଭଳି ଅଳ୍ପ କେତୋଟି କାର୍ଯ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଦିନମାନଙ୍କରେ କରିବା ଫଳରେ ଅନୁରୂପ କାର୍ଯ୍ୟ ପତି ମଧ୍ୟ କରିପାରନ୍ତି । ଏପରି ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ଦୂରତ୍ୱକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ କମାଇବ ଏବଂ ଭାବ ବିନିମୟ ପାଇଁ ଅଧିକ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିବ ।

ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଭାବ ଓ ଆବେଗର (Feeling and emotions) ପ୍ରବାହ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ, ସେଥିରେ ଆନନ୍ଦଦାୟକ (ସକାରାତ୍ମକ) ଭାବ ରହିଥାଏ ଏବଂ ବିଷାଦଦାୟକ (ନକାରାତ୍ମକ) ଭାବ ମଧ୍ୟ ଥାଏ ।

ମାତ୍ର ସମସ୍ୟା-ବିଜଡ଼ିତ ସମ୍ପର୍କ ଘେରରେ ରହିଥିବା ନାରୀ (ପୁରୁଷମାନେ ମଧ୍ୟ) ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ନକାରାତ୍ମକ ଭାବସବୁ ଦେଖନ୍ତି ଓ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ପୁଣି ଏପରି ନାରୀମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନର ଅଘଟଣ (ଖରାପ ଘଟଣା) ପ୍ରତି ଅଧିକ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅତୀତରେ କ'ଣ ସବୁ ଭଲ ଘଟଣା ଏବଂ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ଭାବ ବିନିମୟ ଘଟିଥିଲା, ତାହା ପୂରାପୂରି ଭୁଲିଯାଆନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଉତ୍ତମ ସମ୍ପର୍କର ସୁପରିଚାଳନା କରୁଥିବା ନାରୀମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନର ତୀବ୍ର ଘଟଣା ସହିତ ଅତୀତକୁ ମଧ୍ୟ ଦେଖନ୍ତି । ଏହା ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ସୁଖୀ ନାରୀମାନେ ନକାରାତ୍ମକ କଥାବାର୍ତ୍ତାକୁ ଗଣ୍ଡି ନକରି ଅତୀତର ପ୍ରୀତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବବିନିମୟ ସ୍ମରଣ କରି ନିଜର ସହନଶୀଳତାର ପୁଞ୍ଜି ବୃଦ୍ଧି କରନ୍ତି । ଏହା ସମନ୍ୱୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ସମ୍ପର୍କକୁ ପ୍ରୀତିପଦ କରିବାର ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶିଷ୍ଟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି କୌଣସି ଭାବନାର ଆଦାନପ୍ରଦାନ (Communication) । ଭାବନାର ଆଦାନପ୍ରଦାନ ସମୟରେ ଦୁଇଟି ଜିନିଷ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ସେ ଦୁଇଟି ହେଉଛି ମନୋଭାବ (Intent) ଓ ପରିଣତି (Effect) । ମନେକରାଯାଉ ପତ୍ନୀକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର ମନୋଭାବ ନେଇ ପତି ବଜାର କରିବାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି ବୋଲି ଜଣାଇଲେ । ଏଥିରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର ମନୋଭାବ ଥିଲା । କିନ୍ତୁ ଏହାର ପରିଣତି ପତ୍ନୀଙ୍କ ପାଖରେ ସୁଖକର ନହୋଇପାରେ । ସ୍ୱାମୀ ଘରେ ରହି ତାଙ୍କୁ ସଖ୍ୟ ଦିଅନ୍ତୁ ଏହା ପତ୍ନୀଙ୍କର କାମନା ହୋଇପାରେ ।

ସମସ୍ୟାଯୁକ୍ତ ଓ ସମସ୍ୟାମୁକ୍ତ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ତୁଳନା କରାଯାଇ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ, ଉଭୟ ପ୍ରକାର ପରିବାରର ମନୋଭାବ ସ୍ତରରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସମସ୍ୟାଜଡ଼ିତ ପରିବାରରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସୁପରିଣତି ଅପେକ୍ଷା କୁପରିଣତି ଅଧିକ ଦେଖନ୍ତି ଫଳରେ ବୁଝାମଣାର ଅଭାବ ଘଟେ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବୁଝାମଣା ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ଏକ କୌଶଳ ହେଉଛି ବକ୍ତବ୍ୟ ପରେ ପରେ ଅନ୍ୟଠାରୁ ମତାମତ ଶୁଣିବା । ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ପର୍କ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଦୁଇଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ନିଜର ବକ୍ତବ୍ୟ ଦେଲାବେଳେ ଅନ୍ୟଜଣକ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଭାବରେ ଶୁଣିବେ । ଶୁଣି ସାରିଲା ପରେ ସେ କ'ଣ ବୁଝିଛନ୍ତି ବୋଲି ବକ୍ତା ପଚାରିବେ । ଏପରି ଦ୍ୱିପାକ୍ଷିକ କଥାବାର୍ତ୍ତା ମାଧ୍ୟମରେ ଯୋଜନା କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ମୂଳରେ ଥିବା ମନୋଭାବ ଏବଂ ପରିଣତି ଉଭୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ପରିଣତିଟି ଦୁଇଜଣଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ନହେଲେ ବକ୍ତବ୍ୟ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯାଏ । ଉପର ଉଦାହରଣରେ ପତ୍ନୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ସଂସର୍ଗକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଉଛନ୍ତି ଜାଣିବା ପରେ ପତି ହୁଏତ ବଜାର ନଯାଇ ଘରେ ରହିବାର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବେ । ମୋଟ ଉପରେ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଭାବରେ କଥା ଶୁଣିବା ଏବଂ ପାଲଟା ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରି ଫଳପ୍ରଦ ନିଷ୍ପତ୍ତିରେ ପହଞ୍ଚିବା ଅଧିକ ସୁଫଳ ଦେଇଥାଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ବୈବାହିକ ଜୀବନର ସମସ୍ୟା ମୂଳରେ କେବଳ ପତି କିମ୍ବା ପତ୍ନୀ କିମ୍ବା ପତିପତ୍ନୀ ଜଡ଼ିତ, ଏହା ନିଧାର୍ଯ୍ୟଭାବେ କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଅନେକ ସମୟରେ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ସମସ୍ୟାକୁ କେନ୍ଦ୍ରକରି ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ହେଲା ପରେ ଏପରି ସମସ୍ୟା ଦୂରୀଭୂତ ହୁଏ । ଅନ୍ୟ କେତେକ

Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ସମସ୍ୟା ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ଜୀବନରୁ ସଂକ୍ରମିତ ହୁଏ । ଏପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପୂର୍ବରୁ ଜୀବନର ସମସ୍ୟା ଦୂର କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ପୁଣି ଅନ୍ୟ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପରିବାର ବାହାରୁ ମଧ୍ୟ ମୂଳକାରଣଟି ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ମଧୁରତା ନଷ୍ଟ କରିପାରେ । କର୍ମସଂସ୍ଥାର କେତେକ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ଏହାର କର୍ମଚାରୀକୁ ବିବ୍ରତ କରେ ଏବଂ ସେ ନିଜ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ଅଶାନ୍ତି ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ମୂଳ କାରଣଟି ନ ଜାଣି ନାରୀ ହୁଏତ ନିଜକୁ ଦୋଷାରୋପ କରିପାରେ । ପରିବାରର ଅଶାନ୍ତି ପାଇଁ ନିଜର ଗ୍ଲାନି ଆସିପାରେ । ମାତ୍ର ବିଜ୍ଞତାର ସହିତ କାରଣଟି ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସାହସର ସହିତ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । କର୍ମସଂସ୍ଥାର ସମସ୍ୟା ସହିତ ନିଜର ପତି କିପରି ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିପାରିବେ, ସେ ବିଷୟରେ ସହଯୋଗ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ ବିପଦମୁକ୍ତ କରି ଏହାକୁ ପ୍ରୀତିପଦ କରିବାକୁ ହେଲେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷର ସହଯୋଗ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ପୁରୁଷର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ଓ ନାରୀର ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳତା ସମାନ ପରିମାଣରେ ପ୍ରୟୋଜନ । ଉତ୍କଟ ସମସ୍ୟା ସମୟରେ ବିଶେଷଜ୍ଞ, ଉପଦେଷ୍ଟା, ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନ ଏବଂ ଶୁଭେଚ୍ଛୁଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟ ନିଆଯାଇପାରେ । ମାତ୍ର ଯେ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିବା ପୂର୍ବରୁ ବିହିତ ପନ୍ଥାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହେଲା ପରେ ମଧ୍ୟ ସମାଧାନର ମାର୍ଗ ରହିଛି, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ହେଉଛି ସବୁଠାରୁ ଉପଯୋଗୀ ମୂଳଧନ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ଆତ୍ମ-ନିରବତା

ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ, ଏହା ଅନ୍ୟତ୍ର ବହୁବାର ଆଲୋଚିତ ହୋଇଛି । ଶିକ୍ଷୋନ୍ନତ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟାର ପ୍ରାୟ ଦୁଇଗୁଣ ନାରୀ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ (Depressed) । ଭାରତ ପରି ବିକାଶମୁଖୀ ଦେଶରେ ପ୍ରତି ଦଶଜଣ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ଅଠର ଜଣ ନାରୀ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥାନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଅବସାଦଗ୍ରସ୍ତ କାହିଁକି ହୁଅନ୍ତି, ତାହାର ଏକାଧିକ କାରଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରାଯାଇଛି । ଅନ୍ୟତ୍ର ଏହାର ଆଲୋଚନା ମଧ୍ୟ ହୋଇଛି । ମାତ୍ର ନାରୀର ଆତ୍ମନିରବତାର (self-silencing) ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଛି, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଅନେକ ବ୍ୟକ୍ତି ସଚେତନ ନୁହନ୍ତି ।

ନାରୀ ପୁରୁଷର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର କରିବା ସମୟରେ ଦୁଇଟି ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦିଗ ବେଶ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ଅନୁରାଗ (Attachment) । କେବଳ ମନୁଷ୍ୟ ନୁହେଁ, ଅନୁରାଗ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଜୀବନ୍ତ ପ୍ରାଣୀର ଏକ ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା । ପ୍ରାଣୀ ନିଜର ସୁରକ୍ଷା ମନୋଭାବ ପାଇଁ ଅନ୍ୟଠାରୁ ଅନୁରାଗ ଆଶା କରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟକୁ ମଧ୍ୟ ସ୍ନେହ ମମତା ଦିଏ । ମନୁଷ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହାର ସ୍ପଷ୍ଟ ପ୍ରକଟନ ଘଟେ । ସନ୍ତାନ ପିତାମାତାଙ୍କଠାରୁ, ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀ ପରସ୍ପରଠାରୁ ଏବଂ ବନ୍ଧୁ ଅନ୍ୟବନ୍ଧୁଠାରୁ ଅନୁରାଗର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖନ୍ତି । ଏପରି ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଫଳରେ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ସମ୍ପର୍କ ନିବିଡ଼ ଓ ଅନ୍ତରଂଗ ହୁଏ । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଭାବମୁଖୀ (feeling oriented) ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ତରଂଗ ସମ୍ପର୍କ ବେଶୀ ଘନୀଭୂତ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଦୃଢ଼ ଓ ଗଭୀର ଅନ୍ତରଂଗ ସମ୍ପର୍କ ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଖୁବ୍ ଉପଯୋଗୀ । ଏହା ଅଧିକ ସୁରକ୍ଷା ଓ ନିରାପତ୍ତା ମନୋଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଏହି ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ସମସ୍ୟା ବିଜଡ଼ିତ ହେଲେ ଏହା ଅଧିକ ଦୁଃଖର କାରଣ ହୁଏ ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ଏହି ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କକୁ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟିରେ ବିଚାର କରିବାକୁ ହେବ । ଧରାଯାଉ ଜଣେ ମହିଳା ତାଙ୍କର ପ୍ରତିବେଶୀଙ୍କ ଛୋଟ ଝିଅକୁ ଖୁବ୍ ଭଲପାଆନ୍ତି । ଏପରି ଗଭୀର ସ୍ନେହମମତା ଯୋଗୁ ମହିଳା ଜଣକ ନିଜକୁ ଖୁସି ରଖିବାର ଉପାଦାନ ପାଇବେ । କିନ୍ତୁ ଝିଅଟିର ସାମାନ୍ୟ ଦେହ ଖରାପ ଥିଲେ ସେ ଖୁବ୍ ଦୁଃଖିତ ହେବେ । ଝିଅଟିର ଦେହ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଖରାପ ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ସେ ନିଜର କର୍ମସ୍ଥଳୀକୁ ଯାଇଥିଲେ ସେଠାରେ ଝିଅଟିର କଥା ଭାବି ମାନସିକ ବିଷାଦ ଅନୁଭବ କରିବେ । ସୁତରାଂ ଯେଉଁ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କର ଗଭୀରତା ଗୋଟିଏ ପକ୍ଷରେ ଆନନ୍ଦ ଦିଏ ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ତାହା ଜଟିଳତା ମଧ୍ୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ। ଏପରି ପରିସ୍ଥିତିକୁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ପ୍ରେସର-କୁକର ପରିଣତି (pressure-cooker Effect) ନାମ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ନାରୀମାନେ ଗଠନ କରୁଥିବା ଅନ୍ତରଂଗ ସମ୍ପର୍କର ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶେଷତ୍ୱ ହେଉଛି ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟର (Self-Concept) କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳରେ ଏହି ସମ୍ପର୍କଟି ରହିଥାଏ । "ମୁଁ କିଏ ?" – ଏ ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେବାବେଳେ ମୁଁ ଅମୁକର ପତ୍ନୀ କିମ୍ବା ଅମୁକର ମା' ବୋଲି ଦୃଢ଼ ଉତ୍ତର ଆସିଥାଏ ।

ଏହି ସମ୍ପର୍କକୁ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଯାଇ ନାରୀ ନିଜର ଚାହିଦା (Needs) ପରିବର୍ତ୍ତେ ପ୍ରିୟଜନର ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରତି ଅଧିକ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୁଏ । ନିଜର ଦୃଢ଼ ମନୋଭାବ ବଦଳରେ ଅନ୍ୟ ମତକୁ ଗ୍ରହଣ କରେ । ଅନ୍ୟର ପ୍ରୟୋଜନ ପୂରଣରେ ତତ୍ପର ହୁଏ । ସେ କ୍ରମଶଃ ଏକ ପ୍ରକାର ଆତ୍ମନିରବତା (self-silencing) ଶିକ୍ଷା କରେ ।

ଏପରି ଆତ୍ମନିରବତାର ଚାରୋଟି ଉପାଦାନ ରହିଛି । ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ବାହ୍ୟ ମାନଦଣ୍ଡ ଉପରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଆରୋପ । ଅନ୍ୟମାନେ ନାରୀକୁ କିପରି ଦେଖୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନେ ତାକୁ କିପରି ମୂଲ୍ୟାୟନ କରୁଛନ୍ତି, ଏଥିପ୍ରତି ନାରୀ ବିଶେଷ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୁଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ଅନ୍ୟର ଅଧିକ ଯତ୍ନ ନେବାର ମନୋବୃତ୍ତି । ବିଶେଷତଃ ଅନ୍ତରଂଗ ସମ୍ପର୍କର ବ୍ୟକ୍ତିର ଅଧିକ ଯତ୍ନ ନେଇ ନାରୀ ନିଜର ଚାହିଦାସବୁ ପ୍ରତି ଅବହେଳା କରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ କଥା ପ୍ରଥମେ ବୁଝିବାକୁ ପଡ଼ିବ, ଏପରି ଧାରଣା ବଦ୍ଧମୂଳ ହୁଏ । ତୃତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ଭିନ୍ନମତ ଓ ବିରୁଦ୍ଧମତ ଚାପି ରଖିବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି । ଏହା ପ୍ରକୃତରେ ସହନଶୀଳତା ବା ବୁଝାମଣା ନୁହେଁ । ନାରୀ ଜୋର୍ ଜବରଦସ୍ତ ଏପରି ଭିନ୍ନଧର୍ମୀ ଭାବନାକୁ ଚାପିରଖେ । ଏ ତିନୋଟି ଉପାଦାନର ଫଳସ୍ୱରୂପ ନାରୀ ମନରେ ଏକ ବିଖଣ୍ଡିତ ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ନାରୀର ନିଜର ଇଚ୍ଛା, ଅଭୀପ୍ସା ଓ ଅଭିମତ ଥିଲେ ମଧ ତାହା ଅବଦମିତ ରହେ ।

ପ୍ରକାଶ ନ କରିବାରୁ ମନରେ ଦୁଃଖ ଓ ବିଷାଦ ଆସେ । ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚାକିରୀ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟ ପରିବେଶଗତ କାରଣ ବିଷାଦର କାରଣ ହେବାସ୍ଥଳେ, ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜଟିଳତାପୂର୍ଣ୍ଣ ସଂପର୍କ ଅବସାଦର କାରଣ ହୁଏ । ଏପରି ଘଟିବାର ମୂଳ ଯୁକ୍ତିଟି ହେଉଛି ଯେ ନାରୀର ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟ (ମୁଁ କିଏ ?)ର କେନ୍ଦ୍ରସ୍ଥଳରେ ସମ୍ପର୍କଟି ବସା ବାନ୍ଧିଥାଏ । ସୁତରାଂ ସମ୍ପର୍କ ବଳୟର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହେଲେ ତାହା ନାରୀକୁ ଅଧିକ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରେ । ପୁରୁଷ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଏଥିରୁ ମୁକ୍ତ ରହେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆତ୍ମନିରବତାର ଆଲୋଚନାର ଗୋଟିଏ ଶିକ୍ଷଣୀୟ ଦିଗ ରହିଛି । ଅନ୍ତରଂଗ ସମ୍ପର୍କ ଥିବା ପତି ପତ୍ନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଘନଘନ ମତାନ୍ତର ଏବଂ କ୍ରୋଧପୂର୍ଣ୍ଣ କଳହ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଅବାଞ୍ଛନୀୟ । ଏହା ସମ୍ପର୍କ ଓ ସନ୍ତୋଷକୁ ହ୍ରାସ କରେ । ମାତ୍ର ସୁଦୀର୍ଘ ଓ ଦୃଢ଼ ସମ୍ପର୍କ ସନ୍ତୋଷ ପାଇଁ ସାମୟିକ ମତାନ୍ତରପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଲୋଚନା ଏବଂ ପରିମିତ ପରିମାଣରେ ରଗାରଗି ସୁଫଳ ଦେଇଥାଏ । କେତେବେଳେ ଆତ୍ମନିରବତାର ହୁଗୁଳା ବନ୍ଧନୀ ମଧ୍ୟରୁ ନାରୀର ରାଗ ଓ ନିଜସ୍ୱ ମତ ପ୍ରକାଶିତ ହେବା ଉଚିତ । ଏପରି ଘଟିଲେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ବନ୍ଧଭାଙ୍ଗି ଜୀବନ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ହ୍ରାସପାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତି ଏବଂ ନାରୀ ଜୀବନର ବିଷାଦ

ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତିର ପ୍ରଭାବ ସମ୍ପର୍କରେ ବହୁବିଧ ଗବେଷଣା ହୋଇଛି । ଅନେକ ଦିନ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ବିଶ୍ବାସ କରାଯାଉଥିଲା ଯେ ବାଲ୍ୟକାଳରେ ପିତୃମାତୃ ବିୟୋଗ ପରି ଅନ୍ୟ ସବୁ ଦୁଃଖର ଘଟଣା ପିଲା ମନରେ ମାନସିକ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରେ ଏବଂ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବେଶ୍ କିଛି ବର୍ଷ ପରେ ଯୌବନ ସମୟରେ ଏହାର କୁପରିଣତି ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପ ନିଏ । ବିଶେଷତଃ ଯୌବନ ସମୟରେ ଅନ୍ୟ କିଛି ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ଅଘଟଣର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ବିଷାଦ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନିଏ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏହି ନୀତିଟି କାର୍ଯ୍ୟ କରେ ବୋଲି ବିଶ୍ବାସ କରାଯାଉଥିଲା ।

ମାତ୍ର ବିଗତ କିଛି ଦଶକରେ ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତିର ଅନ୍ୟ ଏକ ଦିଗ ଉନ୍ମୋଚିତ ହୋଇଛି । ଏହାକୁ ଚାଲେଞ୍ଜ ବା (challenge) ଆହ୍ବାନତତ୍ତ୍ୱ କୁହାଯାଉଛି । ଏହି ତତ୍ତ୍ୱ ଅନୁଯାୟୀ ପିତୃମାତୃ ବିୟୋଗ ବା ସେହିପରି କିଛି ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଅଘଟଣ ସେ ସମୟରେ ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତି ସୃଷ୍ଟି କଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ପ୍ରଭାବ ସୁଫଳ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଶିଶୁଟି ଅଘଟଣର ମାତ୍ରା ଏବଂ ଅଘଟଣ ସବୁର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଫଳରେ ଅତି ଆତଙ୍କିତ ହୋଇପଡ଼ିଲେ ଫଳାଫଳ ନିଶ୍ଚୟ ଖରାପ ହେବ । ଏପରି ସବୁ ଟ୍ରମା (Trauma) ପିଲାର ମାନସିକ ସ୍ଥିତିର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ଘଟାଇବ । ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତଠାରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ବିଷାଦ ଆରମ୍ଭ ହୋଇପାରେ । ଅନ୍ୟଥା ଏହା ସାମୟିକ ଭାବରେ ଚାପି ହୋଇ ରହିଲେ ମଧ୍ୟ ଯୌବନ କାଳରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ଅଘଟଣରେ ବିଷାଦ (Depression) ସୃଷ୍ଟି ହେବ ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ, ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଅଘଟଣ ପିଲାଟିକୁ ଜୀବନର କେତେକ ଶିକ୍ଷା ଦେଇପାରେ । ଆହ୍ବାନସମୂହର (challenges) ମୁକାବିଲା କିପରି କରିବାକୁ ହେବ, ତାହାର କୌଶଳ ତାଲିମ ଦେଇପାରେ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅଘଟଣ ପିଲା ମନରେ ଏକ ଅଭେଦତ୍ୱ (Resiliency) ତିଆରି କରେ । ଅଭେଦତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ (Resilient) ପିଲାମାନେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଅଘଟଣସବୁର ଶିକାର ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ ବିଶେଷ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ବରଂ ସାଧାରଣ ଲୋକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକସବୁକୁ ଜୟ କରି ଆଗେଇ ଯିବାର କୁଶଳତା ଏମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି – ବାଲ୍ୟକାଳରେ ଦୁଃଖଦ ଘଟଣାର ଶରବ୍ୟ ହୋଇଥିବା ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ବିଷାଦମୁକ୍ତ ହେବା ପାଇଁ କେଉଁ କେଉଁ ଉପାଦାନ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ?

ବିଶେଷତଃ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ବିଷାଦମୁକ୍ତ ରହିବା ପାଇଁ କେଉଁ କେଉଁ ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଉପାଦାନ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ?

ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ସାମାଜିକ ସହାୟତା (social support) । ଧରାଯାଉ, ବାଲ୍ୟକାଳରେ ପିତୃମାତୃ ବିୟୋଗର ଦୁଃଖଦ ଅନୁଭୂତି ପାଇଥିବା ଝିଅଟି ନିଜର ମାଇଁ, ମାଉସୀ କିମ୍ବା ପିଉସୀଙ୍କ ସ୍ନେହମମତା ଲାଭ କରିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇଲା । ମାତୃହୀନ ବାଳିକାଟି ପିତାଙ୍କର ଗଭୀର ଅନୁରାଗ ପାଇଲା । ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନ ନ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପିଲାଟିର ଯତ୍ନ ନେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଓ ଅନୁରାଗପୂର୍ଣ୍ଣ ଲାଳନପାଳନ ଶିଶୁର ଜୀବନକୁ ଏକ ଭିନ୍ନ ମୋଡ଼ ଦେବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମୂଳ ପାରିବାରିକ ଦୁର୍ଦ୍ଦଶାଟି ଅତିକ୍ରାନ୍ତ ହୋଇ ସକାରାତ୍ମକ ବିକାଶର ସମ୍ଭାବନାକୁ ଏଡ଼ାଇ ଦିଆଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

ଦୁର୍ଦ୍ଦିନର କୁପରିଣତିକୁ ଏଡ଼ାଇ ଯିବାର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ବାଳିକାଟିର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-ବିଶ୍ୱାସ ବା ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ । ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଦୁଃଖଦ ଘଟଣା ଜୀବନ ପ୍ରତି ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି, ଏପରି ଭାବନା ପିଲାଟିକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରିବ । ସେ ଅସହାୟ ଅନୁଭବ କରିବ । ମାତ୍ର ଘଟିଥିବା ଘଟଣାସବୁ ଏକ ପ୍ରକାର ଆହ୍ୱାନ । ସେଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାପାଇଁ ତା'ର ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଛି, ଏପରି ଭାବନା ତାକୁ ସକ୍ରିୟ କରାଇବ । ଦୁର୍ଦ୍ଦିନକୁ ଏଡ଼ାଇ ଯିବା ପାଇଁ ଅନ୍ୟମାନେ ମଧ୍ୟ ତା ପଛରେ ରହିଛନ୍ତି, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ତାକୁ କର୍ମକୁଶଳ ରଖିବ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଅଘଟଣ ସବୁ ସମୟରେ କୁପରିଣତି ଆଣିବ, ଏପରି ଆଶଙ୍କା ଅମୂଳକ । ସାମାଜିକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳତାର ସ୍ପର୍ଶରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ନାରୀ ମନରେ ବିଷାଦ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଦକ୍ଷତାର ବିକାଶ ମଧ୍ୟ ଘଟିପାରେ, ଏପରି ସକାରାତ୍ମକ ସମ୍ଭାବନା ଆଶାବାଦର ସୂଚନା ଦିଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅନ୍ୟର ହସକାନ୍ଦ ଦେଖି ସ୍ୱତଃ ହସିବା କାନ୍ଦିବାର ଭାବ-ସଂକ୍ରମଣ

ନାଟକର ହାସ୍ୟ ଅଭିନେତାର ନିଖୁଣ ଅଭିନୟ ଦେଖି ଦର୍ଶକମାନେ ହାସ୍ୟରୋଳ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ପୁଣି ବିୟୋଗାତ୍ମକ ନାଟକର ଶେଷ ଦୃଶ୍ୟରେ ଅଭିନେତା ଓ ଅଭିନେତ୍ରୀର ଦୁଃଖ ଦେଖି ବହୁଲୋକ କାନ୍ଦିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତି । ଅନ୍ଧାର ପ୍ରେକ୍ଷାଳୟରେ ସିନେମା ଦେଖୁଥିବା ସମୟରେ ବହୁ ଦର୍ଶକ ସେହିଭଳି ଶେଷ ପରିଣତିଟି ବିୟୋଗାତ୍ମକ ଦେଖି ଲୁହ ଝରାନ୍ତି । ଛବିଟି ଶେଷ ହୋଇ ଅନ୍ଧାର ଗୃହ ଆଲୋକିତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ନିଜର ରୁମାଲରେ ଲୁହ ପୋଛି ଦେବାର ଉଦ୍ୟମ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟମାନେ ତାଙ୍କୁ ଦୁର୍ବଳ ଭାବିବେ, ଏହା ଭାବି ନିଜକୁ ସ୍ୱାଭାବିକ କରିବାର ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ।

ନାଟକ ଓ ସିନେମାର ବିଷୟବସ୍ତୁ ଯେ କାଳ୍ପନିକ, ଏ କଥା ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ଯନ୍ତ୍ରଣାକାତର ବ୍ୟବହାର ଦର୍ଶାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଜଣକ ଅଭିନେତା କିମ୍ବା ଅଭିନେତ୍ରୀ, ଏହା ମଧ୍ୟ ସମସ୍ତେ ଜାଣନ୍ତି । ଏପରି ଜାଣିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଅନ୍ୟର ହସ ଦେଖି ହଠାତ୍ ହସ ଆସେ । ଅନ୍ୟର କାନ୍ଦରେ କାନ୍ଦର ପ୍ରବୃତ୍ତି ଆସେ । ଏପରି ଭାବ ସଂକ୍ରମଣ ସ୍ୱତଃସ୍ଫୂର୍ତ୍ତ ଭାବରେ ଘଟିଯାଏ । ପୁଣି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କଠାରେ ଏପରି ଭାବପ୍ରବଣତା (emotional contagion) ଅଧିକ ହୁଏ । ଏହାର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଅଧିକ ଭାବ ସଂକ୍ରମଣ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ପ୍ରଥମତଃ ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନେ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଭାବ ପ୍ରକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି । ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ଏବଂ ଅଧିକ ଥର ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଚକ୍ଷୁ ସଂଯୋଗ ସ୍ଥାପନ କରିପାରନ୍ତି । ପୁଣି ଏପରି ଚକ୍ଷୁ ସଂଯୋଗ (Eye contact) ଅଧିକ ସମୟ ଧରି ହୋଇପାରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସହିତ ଆଖି ମିଳାଇ ନିଜର ଆଖିକୁ ଏମାନେ ସ୍ଥିର ରଖିପାରନ୍ତି । ମୋଟ ଉପରେ ଚାହାଣୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଭାବର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ନାରୀମାନଙ୍କର ସାମର୍ଥ୍ୟ ବେଶୀ ।

କେବଳ ଭାବର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ନୁହେଁ ଅନ୍ୟର ଭାବ ଓ ଆବେଗକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝିବା ଓ ଅର୍ଥ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ଆଗୁଆ । ଜନ୍ମର ଚାରିବର୍ଷ ବୟସରୁ ବାଳିକାମାନେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସାମାଜିକ ପରିବେଶ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଧ୍ୟାନଶୀଳ । ସେମାନେ ଅନ୍ୟର ମୁଖ, ନାମ ଓ ବେଶଭୂଷା ପରି ସାମାଜିକ ସୂତ୍ରସବୁ (Social clues) ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଦେଖନ୍ତି ଏବଂ ମନେ ରଖନ୍ତି । ମସ୍ତିଷ୍କରେ ସେସବୁର ଉନ୍ନତ ସଜ୍ଜୀକରଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ମନେପକାଇ ପାରନ୍ତି । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା ଯେ ଦୁଇ କିମ୍ବା ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେଉଥିବା ସମୟରେ ସେମାନେ କଥିତ ଭାଷା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଭାଷାବିହୀନ ସଂକେତ (Nonverbal clues) ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ଚାହାଣୀ, ମୁଖଭଙ୍ଗୀ, ସ୍ପର୍ଶ, କଥାବାର୍ତ୍ତା ସମୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ଦୂରତ୍ୱ, ଶରୀରର ଗତି ଏବଂ ଠିଆ ହେବାର ଭଙ୍ଗୀ ଇତ୍ୟାଦି ଏ ଧରଣର ଭାଷାହୀନ ସଙ୍କେତ । କହିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ଯେ ପ୍ରତିଟି ସଂକେତର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅର୍ଥ ରହିଛି । ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀମାନେ ଏ ସବୁ ସଂକେତ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଅଭିନିବିଷ୍ଟ (Attentive) । ଏପରି ସଂକେତସବୁ କ୍ଷୀଣ ଓ ଦୁର୍ବଳ ହୋଇଥିଲେ ସେସବୁ ହୁଏତ ପୁରୁଷ ଆଖିରେ ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର ଏସବୁ ନାରୀ ଆଖିରେ ପଡ଼ିଥାଏ ।

ଭାବ ସଂକ୍ରମଣର ତୃତୀୟ କାରଣଟି ହେଉଛି ନାରୀମାନଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ-ଭିତ୍ତିକ ଆତ୍ମ ପ୍ରତ୍ୟୟ । ପୁରୁଷମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସ୍ୱାଧୀନ । ନାରୀମାନେ ସେହି ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କ ଜଡ଼ିତ । ଅନ୍ୟ ସହିତ ବିଚ୍ଛିନ୍ନତା ପରିବର୍ତ୍ତେ ସମ୍ପର୍କର ସୂତ୍ରରେ ଆବଦ୍ଧ ଥିବାରୁ ଅନ୍ୟର ଆବେଗ ନାରୀ ମନକୁ ଅଧିକ ବେଗରେ ସଂକ୍ରମିତ ହୁଏ ।

ଚତୁର୍ଥରେ ଅନ୍ୟକୁ ଅନୁକରଣ କରି ମୁଖଭଙ୍ଗୀ ଓ ହାବଭାବ ଅଭିନୟ କରିବାର କୁଶଳତା ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଚାଲି, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ବିଚିତ୍ର ସ୍ୱର, ଅନ୍ୟସବୁ ବିଶେଷତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବଭଙ୍ଗୀ ନାରୀମାନେ ଖୁବ୍ ଶୀଘ୍ର ଅନୁକରଣ କରିପାରନ୍ତି । ଏପରି ଅଭିନୟ କୁଶଳତା ଭାବ ସଂକ୍ରମଣରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଆଲୋଚିତ ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ଭାବ ଓ ଆବେଗର ଅନୁଭବ ଓ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀର ଅଧିକ ପ୍ରବେଶ ଥିବାରୁ ନିଜର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିବେଶରେ ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥିବା ହସ ଓ କାନ୍ଦ ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ନାରୀକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରେ । ଯୁକ୍ତିତର୍କ ଓ ବାହ୍ୟ ବିଚାରରେ ଏପରି ହଠାତ୍ ଭାବ ସଂକ୍ରମଣ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମନେ ହେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିର ମନ ଓ ଶରୀର ସ୍ୱତଃ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରେ । ନାରୀମାନଙ୍କର ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଚରିତ୍ର ସେମାନଙ୍କୁ ଭାବସଂକ୍ରମଣରେ ଶରବ୍ୟ କରିଥାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ପୃଥୁଳତା (ମେଦବୃଦ୍ଧି) ନିୟନ୍ତ୍ରଣ

ପୃଥୁଳତା ବା ମେଦବହୁଳତା (Obesity) ନାରୀମାନଙ୍କର ଏହି ବିଶେଷ ଧରଣର ସମସ୍ୟା । ଆମେରିକା ପରି ପ୍ରଗତିଶୀଳ ମହାଦେଶରେ ଏହା ଏକ ଉତ୍କଟ ଧରଣର ସମସ୍ୟା । ବହୁ ନାରୀ ଏପରି ସମସ୍ୟାର ଶରବ୍ୟ ହୋଇ ଶାରୀରିକ ଅସ୍ୱସ୍ତି ଅନୁଭବ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମାନସିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ଶିକାର ହୋଇଛନ୍ତି । ଏପରି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଓ ପ୍ରତିବିଧାନ ପାଇଁ ଜାତୀୟ ସ୍ତରରେ ଏକ ବିରାଟ ସଂଘ ଗଠିତ ହୋଇଛି । ଅନେକ କିଶୋରୀ ଏପରି ସମସ୍ୟାରୁ ମୁକ୍ତି ପାଇବା ପାଇଁ ଏବଂ ମେଦ କମାଇବାକୁ ଆବଶ୍ୟକ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ଛାଡ଼ି ଦେଇ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଅନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଖାଦ୍ୟଗ୍ରହଣ (eating disorder)ର ଶିକାର ହୋଇଥିବା କିଶୋରୀ ଏବଂ ତରୁଣୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା କମ୍ ନୁହେଁ । ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ ଏ ସମସ୍ୟା ମୁଣ୍ଡ ଟେକୁଛି । ନିଜକୁ ପତଳା ରଖିବା ମନୋବୃତ୍ତି ନେଇ ସ୍କୁଲ ଓ କଲେଜ ବୟସର ଛାତ୍ରୀମାନେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ଖାଦ୍ୟଗ୍ରହଣର ଲକ୍ଷଣ ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି ।

କହିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ଯେ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ରୀତିରେ ଖାଦ୍ୟ କମାଇବା ଏବଂ ଉପବାସ କରିବା ଏକ ସୁସ୍ଥ ମନୋବୃତ୍ତିର ପରିଚାୟକ ନୁହେଁ । ମେଦବୃଦ୍ଧି କ୍ଷେତ୍ରରେ ବଂଶାନୁଗତ କାରଣର ଭୂମିକା ରହିଛି । ବଂଶାନୁକ୍ରମିକ ଭାବରେ କିଛି ନାରୀ ପୃଥୁଳ ହୁଅନ୍ତି । ତଥାପି ସମସ୍ୟାଟି ଉତ୍କଟ ରୂପ ନେବା ପୂର୍ବରୁ କିଛିଟା ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ସମ୍ଭବ । ତାହା ନ କରି କେବଳ ଖାଦ୍ୟ ବର୍ଜନ ଓ ଔଷଧ ସେବନ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଶରୀର ଓଜନକୁ କମାଇବାର ଚେଷ୍ଟା ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ନୁହେଁ ।

ସ୍ଥଳ ବିଶେଷରେ ଓଜନ କମାଇବା ପାଇଁ ଏବଂ କ୍ଷୁଧାର ମାତ୍ରା କମାଇବା ପାଇଁ ଔଷଧ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ସମସ୍ୟାଟି ଉପୁଜିଲା ପରେ ହୁଏତ ନାରୀମାନେ ଖାଦ୍ୟ ବର୍ଜନ ପରି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ପନ୍ଥାର ଆଶ୍ରୟ ନିଅନ୍ତି । ମାତ୍ର ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିବା ପୂର୍ବରୁ (ମେଦବୃଦ୍ଧି ପୂର୍ବରୁ) ଏବଂ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ମେଦବୃଦ୍ଧି ପରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀର ଖାଦ୍ୟଗ୍ରହଣ ଉପରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ନଥାଏ । ମାତ୍ରାଧିକ ପରିମାଣର ଖାଇବାର ଲୋଭ ସମ୍ବରଣ କରିହୁଏ ନାହିଁ । ଖାଇବା ସମୟରେ ଏହାର କୁପରିଣତି ନେଇ ସଚେତନତା ରହେ ନାହିଁ । ଅଧିକ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣର ଏପରି ଅସ୍ୱାଭାବୀ ବ୍ୟବହାରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଔଷଧର

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆଶ୍ରୟ ନିଆଯାଏ । ଏପରି ଔଷଧ (appetite suppressor) କ୍ଷୁଧାର ମାତ୍ରା କମାଇବା ଫଳରେ ଖାଦ୍ୟର ଆକର୍ଷଣଶୀଳତା କମିଯାଏ ।

ମନୋବିଜ୍ଞାନୀଙ୍କ ସମେତ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟବହାର ବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ପଦ୍ଧତିରେ ଶରୀରର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ପୃଥୁଳତାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆତ୍ମ-ନିୟନ୍ତ୍ରଣ (self-monitoring) ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଫଳପ୍ରଦ ମାର୍ଗ । ପ୍ରଥମେ ଓଜନ କମାଇବାର ଦୃଢ଼ ଆବଶ୍ୟକତା ସମ୍ପର୍କରେ ନିଜକୁ ବୁଝାଇବାକୁ ହେବ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଯୋଜନା ଦ୍ୱାରା ପୃଥୁଳତା କମାଇବା ନିଶ୍ଚୟ ସମ୍ଭବ । ଏପରି ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ନେଇ ଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭରେ ଓଜନ ଲେଖି ରଖି ପ୍ରତିଦିନ କେତେ ପରିମାଣରେ ଚର୍ବିଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ କମାଯିବ ତାହା ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ ଲିପିବଦ୍ଧ କରାଯିବ । ଏକ ବିଧିବଦ୍ଧ ଯୋଜନା ମାଧ୍ୟମରେ ପୃଥୁଳତା-ସହାୟକ ଖାଦ୍ୟର ପରିମାଣ ହ୍ରାସ କରାଯିବ । ଏହା ସହିତ ବ୍ୟାୟାମର ପରିମାଣ ମଧ୍ୟ ଧୀରେ ଧୀରେ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଘରେ ବସି ଅଧିକାଂଶ ସମୟ ଦୂରଦର୍ଶନର ଧାରାବାହିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦେଖୁଥିବା ନାରୀମାନେ ଏପରି ଅଭ୍ୟାସ କମାଇବେ । ଚଳପ୍ରଚଳ ନ ହୋଇ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ବସି ରହୁଥିବା ନାରୀମାନେ ଚଳପ୍ରଚଳ ହେବେ । ପ୍ରାତଃଭ୍ରମଣ ଓ ସାନ୍ଧ୍ୟଭ୍ରମଣ ଆରମ୍ଭ କରିବେ ଏବଂ କ୍ରମଶଃ ସମୟ ବୃଦ୍ଧି କରିବେ । ଦୈନିକ ଦଶ ଗ୍ରାମ ମାତ୍ରାରେ ଚର୍ବିଜାତୀୟ ଖାଦ୍ୟ କମାଇବା ଏବଂ ଦୈନିକ ୧୦୦୦ ପଦକ୍ଷେପ ବଢ଼ାଇବା ଲାଗି ଜଣେ ବିଶେଷଜ୍ଞ ପରାମର୍ଶ ଦେଇଛନ୍ତି । ଏସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ମାଧ୍ୟମରେ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କେତେ ସଫଳ ହେଉଛି, ଏହାର ମଧ୍ୟ ହିସାବ ରଖିବାକୁ ହେବ । ଗୋଟିଏ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ପନ୍ଥା ଅବଲମ୍ବନ କରି ସଫଳତା ହାସଲ କରିଥିବା ନାରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ଏକ-ଚତୁର୍ଥାଂଶ ନାରୀ ଏହି ଉପାୟରେ ସଫଳ ହୁଅନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ କେତେକ ନାରୀ ଏହି ଆତ୍ମ-ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପଦ୍ଧତିକୁ ଅଧିକ ସଫଳ ରୂପରେଖ ଦେବା ପାଇଁ ଏପରି ମାର୍ଗ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଔଷଧ ସେବନ କରନ୍ତି । ବିଶେଷତଃ କ୍ଷୁଧା କମାଇବାର ଔଷଧ ସେବନ କରନ୍ତି । ପୁଣି ଅବସାଦ (depression) ଯୋଗୁ ବୁଲାବୁଲି କରିବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହେଉ ନ ଥିଲେ ବିଷାଦ-ନିରୋଧକ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ଆତ୍ମନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପଦ୍ଧତି ସହିତ ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରୟୋଗ ଅଧିକ ସୁଫଳ ଦେଇଥାଏ ।

ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଧ୍ୟାନର ଭୂମିକା ନିର୍ଦ୍ଦେଶ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଧ୍ୟାନ କେବଳ ମାନସିକ ଚାପ ହ୍ରାସ କରି ନ ଥାଏ, ଏହା ଶରୀର ଅଭ୍ୟନ୍ତରର କେତେକ କ୍ରିୟାକଳାପର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟାଇ ପୃଥୁଳତା ମଧ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରେ । ବିଶେଷତଃ ବହୁ ଗବେଷକ ବୌଦ୍ଧ-ପରମ୍ପରା-ସ୍ୱୀକୃତ ବିପାସନା ପଦ୍ଧତିରେ କରାଯାଉଥିବା ଧ୍ୟାନର ମହତ୍ତ୍ୱ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି । ଧ୍ୟାନର ଏହି ପଦ୍ଧତିରେ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସମୟରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଘଟୁଥିବା ଘଟଣା ପ୍ରତି ବ୍ୟକ୍ତି ଏକାଗ୍ର ଭାବରେ ସଚେତନ ହୁଏ । ମନର ସାମଗ୍ରିକ ଚେତନା (mindfulness) ଗୋଟିଏ କେନ୍ଦ୍ରରେ କେନ୍ଦ୍ରିତ ହୁଏ । ଏପରି ପଦ୍ଧତିରେ ନାରୀମାନେ ଆତ୍ମନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଶିକ୍ଷା କରିବା ସଂଗେ ସଂଗେ ନିଜର ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ପ୍ରତି ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀର ବିକାଶ ଘଟାଇପାରିବେ ।

ନାରୀମାନେ ନିଜର ପୃଥୁଳତା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ପିଲାମାନଙ୍କର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱ ନିଅନ୍ତି । ଏ ଦିଗରେ ମଧ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ଗୁରୁଦାୟିତ୍ୱ ରହିଛି । ଦୀର୍ଘ ସମୟ ଧରି ଦୂରଦର୍ଶନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ ଦେଖିବା ଭଳି ଅଭ୍ୟାସ ଦୂର କରିବା ଏକ ପ୍ରକାର ଦାୟିତ୍ୱ । ପୁଣି ପିଲାମାନଙ୍କର ମନୋରଞ୍ଜନ ପାଇଁ ଲୋଭନୀୟ ଖାଦ୍ୟ ଗ୍ରହଣ ବାହାରେ ଅନ୍ୟସବୁ ବିକଳ୍ପ ମାଧ୍ୟମ ରହିଛି ଏପରି ସଚେତନତା ମଧ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ । ପିଲାମାନଙ୍କର ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜନନୀର ସଚେତନଶୀଳ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ସକ୍ରିୟ ପରାମର୍ଶ ବିଶେଷଭାବେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

କେଉଁ ଦିଗ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବେ ?

୧. *ଆତ୍ମ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ : ନିଜର ପୃଥୁଳତାର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ପାଇଁ ଦିନଲିପି ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତୁ । ଅଭିଳଷିତ ଓଜନ ଦିଗରେ କିପରି ଗତି କରୁଛନ୍ତି, ତାହା ପ୍ରତି ନିଜେ ସତର୍କ ଦୃଷ୍ଟି ରଖନ୍ତୁ । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ଦିନକୁ ୧୦ ଗ୍ରାମ ଓଜନ କମାଇବାର ଯୋଜନା ନିଆଯାଇପାରେ । ବିଧିବଦ୍ଧ ଆତ୍ମ-ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଓ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଫଳରେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜ ଓଜନର ଏକ-ଚତୁର୍ଥାଂଶ ଓଜନ କମାଇପାରିବ ।*

୨. *ଓଜନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମନୋବଳ ବା ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତିର ଭୂମିକାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତୁ । ମନ ଓ ଶରୀର ମଧ୍ୟରେ ବିଶେଷ ସମ୍ପର୍କ ରହିଛି, ଏହା ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତୁ । ଆପଣ ଇଚ୍ଛା କଲେ ନିଜ ଶରୀରକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବେ, ଏପରି ଭାବନାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୁଅନ୍ତୁ ।*

୩. *ଆବଶ୍ୟକ ପଡ଼ିଲେ ଡ଼ାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ କ୍ରମେ କ୍ଷୁଧା-ହ୍ରାସକ ଔଷଧ ବ୍ୟବହାର କଲେ ମଧ୍ୟ କୌଶଳର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପଯୋଗ ଆପଣଙ୍କ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ହେବ, ଏହା ଉପରେ ଭରସା ରଖନ୍ତୁ ।*

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ଯେତେବେଳେ ଭୟାନକଭାବେ ଅସୁସ୍ଥ

ବିଶ୍ୱବନ୍ଦିତ ଋଷୀୟ ଔପନ୍ୟାସିକ ଲିଓ ଟଲଷ୍ଟୟ ତାଙ୍କର "ଆନ୍ନା କାରେନିନା" ଉପନ୍ୟାସରେ ଗୋଟିଏ ସ୍ଥାନରେ ଲେଖିଛନ୍ତି – "ସୁନ୍ଦର ଭାବରେ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଓ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ପରିବାରରେ ମଧ୍ୟ ଦୁର୍ଘଟଣା ଘଟେ ।" ପ୍ରକୃତରେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିରୋଗ ଜୀବନ କାମନା କରେ । ପ୍ରତି ପରିବାର ଏହାର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟମୟ ଜୀବନର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖେ । ଏ ସବୁ ସତ୍ତ୍ୱେ ଲୋକମାନେ ଦୁର୍ଘଟଣାର ଶରବ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ରୋଗରେ କବଳିତ ହୁଅନ୍ତି । ପୁଣି ସମୟ ସମୟରେ କର୍କଟ ରୋଗ ପରି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗ କବଳରେ ପଡ଼ି ଯନ୍ତ୍ରଣାର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି ।

ନାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଆଶଙ୍କାରୁ ମୁକ୍ତ ନୁହଁନ୍ତି । ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା ପରି ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶରେ ପ୍ରତି ତିନିଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଜଣେ ନାରୀ କର୍କଟ ରୋଗରେ ପୀଡ଼ିତ ହେବାର ଆଶଙ୍କା ରହିଛି ବୋଲି ସେ ଦେଶର ଜାତୀୟ କର୍କଟ ସଂସ୍ଥା ବିବରଣୀ ପ୍ରକାଶ କରିଛି । ଭାରତ ପରି ବିକାଶଶୀଳ ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଆଶଙ୍କା କମ୍ ନୁହେଁ । କହିବା ନିଷ୍ପ୍ରୟୋଜନ ଯେ ରୋଗ ନିରୂପଣ ହେବା ପରେ ତାହା ନାରୀ ପାଇଁ ଏବଂ ପରିବାର ପାଇଁ ଏକ ଭୟାନକ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଶାରୀରିକ ଯନ୍ତଣା ବ୍ୟତୀତ ମାନସିକ ଯନ୍ତ୍ରଣାର ପରିମାଣ କମ୍ ନୁହେଁ । ରୋଗୀ ମଝିରେ ମଝିରେ ଗଭୀର ଉଦ୍‌କଣ୍ଠା (Anxiety), ବିଷାଦ (Depression), ନିଦ୍ରାହୀନତା ଏବଂ ଅସ୍ଥିରତାର ଶରବ୍ୟ ହୁଏ । କ୍ଷୁଧା କମିଯିବା, ମାଦକଦ୍ରବ୍ୟ ସେବନ କରିବା ଏବଂ ଏପରିକି ଆତ୍ମହତ୍ୟା କରିବା ପରି ଦୁର୍ଭାବନାସବୁ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରେ । କର୍କଟ ବା କ୍ୟାନସର୍ ପରି ଅନ୍ୟ ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧି ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଏହା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ ବିପନ୍ନ କରେ ।

କର୍କଟ ରୋଗପରି ମାରାତ୍ମକ ରୋଗସବୁ ଯେଉଁ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି କରେ, ତାହାର ମୁକାବିଲା କରିବା ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣର ମାନସିକ ସମ୍ବଳ ଆବଶ୍ୟକ । ରୋଗ ନିରୂପଣ କରାଯିବା ପରେ ନାରୀ ଗଭୀର ପରିମାଣରେ ମାନସିକ ବିଷାଦ ଓ ଶାରୀରିକ ଜଟିଳତା ଅନୁଭବ କରେ । ତା'ର ସମନ୍ୱୟ ଦକ୍ଷତା ବିଭିନ୍ନ ଉପାଦାନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ନାରୀର ନିଜସ୍ୱ ସମନ୍ୱୟ ଶୈଳୀ (coping, strategy), ସେ ଅନୁଭବ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରୁଥିବା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସାମାଜିକ ଓ ଭାବଗତ (emotional) ସହାୟତା, ପରିବାରର ସଂହତି, ତା'ର ପୂର୍ବ ଇତିହାସ, ନିଜର ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ଓ ବୟସ ନାରୀର ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ନାରୀ ବିବାହିତା କି ନୁହେଁ, ତାହା ହୁଏତ ସିଧାସଳଖ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରି ନଥାଏ । ମାତ୍ର ନିଜର ପତି ବା ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ବନ୍ଧ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ଦିଗ (quality of relationship) ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବଶୀଳ ଉପାଦାନର ଭୂମିକା ନିଏ ।

ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଯେ ନାରୀର ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧି ପରିବାରରେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ରୋଗ ନିରୂପଣ ପରେ ପତିପତ୍ନୀ ଭାଙ୍ଗି ପଡ଼ନ୍ତି । ଶିଶୁପାଳନ ଓ ଗୃହକର୍ମ ପରି ଦୈନନ୍ଦିନ କାର୍ଯ୍ୟସୂଚୀ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ହୁଏ । ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନେ ମଧ୍ୟ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହୁଅନ୍ତି । ପରିବାରର ପିଲାମାନଙ୍କ ସହିତ କାରବାର ପୂର୍ବପରି ସ୍ୱାଭାବିକ ରହିପାରେ ନାହିଁ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀର ସମସ୍ୟା ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ତରରେ ସୀମିତ ନ ରହି ସମଗ୍ର ପରିବାରକୁ କବଳିତ କରେ । ସୁତରାଂ ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ସମଗ୍ର ପରିବାରଟିକୁ କିଛି କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

ଏପରି ପାରିବାରିକ ସଂକଟର ମୁକାବିଲା କରିବା ପାଇଁ ନାରୀ ପକ୍ଷରେ କେଉଁ ମାର୍ଗଟି ଉପଯୋଗୀ ? ସମ୍ଭବତଃ ଏପରି କଠିଣ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ନାରୀକୁ ସମ୍ପର୍କର ସମ୍ବଳ ବ୍ୟବହାର କରିବାକୁ ହେବ । ଏହି ସମ୍ପର୍କର ସମ୍ବଳକୁ ଠିକ୍ ଭାବେ ଉପଯୋଗ କରିପାରିଲେ ନାରୀ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ଜଟିଳତା ଏଡ଼ାଇପାରିବ । ଅନ୍ୟତ୍ର ବହୁବାର ଆଲୋଚିତ ହୋଇଛି ଯେ ନାରୀର ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ (self - concept) ମୂଳରେ ରହିଛି ସମ୍ପର୍କ (relationship) । ଅନ୍ୟ ସହିତ ସମ୍ପର୍କର ଧାରଣା ଗଠନ କରେ । ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ଏହି ସମ୍ପର୍କର ଭିତ୍ତିଭୂମି ଉପରେ ତା'କୁ ସମାଧାନର ରାସ୍ତା ଖୋଜିବାକୁ ହେବ ।

ଏହି ସମ୍ପର୍କ ସମ୍ବଳର ତିନୋଟି ଉପାଦାନ ବେଶ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକତା, ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ବିଶ୍ୱାସ ଓ ସମ୍ପର୍କଭିତ୍ତିକ ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳ ।

ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନଟି ପାରସ୍ପରିକତା (mutuality) । ପାରସ୍ପରିକତାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି – "ଭାବ, ଆବେଗ ଓ ସାହାଯ୍ୟ ଏକମୁଖୀ ରାସ୍ତା ନୁହେଁ । ଏସବୁ ଦୁଇ ଦିଗକୁ ପ୍ରବାହିତ ହେବା ଉଚିତ୍ ।" ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ କେବଳ ପତି ନିଜର ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ସାମାଜିକ ଓ ଭାବଗତ (Emotional) ସହାୟତା ଦେଲେ ଚଳିବ ନାହିଁ, କିମ୍ବା କେବଳ ପତ୍ନୀଜଣକ ନିଜର ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ସାମାଜିକ ଓ ଭାବଗତ ସହାୟତା ଦେଲେ ସମ୍ବନ୍ଧ ଦୃଢ଼ ହୁଏ ନାହିଁ । ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଏସବୁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ବାଧାହୀନ ଭାବରେ ଗତି କରିବା ଉଚିତ୍ । ସମ୍ପର୍କରେ ଏପରି ପାରସ୍ପରିକତା ଯେତେ ବେଶୀ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେବ, ଦୁରାରୋଗ୍ୟ ବ୍ୟାଧିଜନିତ ଯନ୍ତ୍ରଣା

Digitized by srujanika@gmail.com

ସହିତ ସଂଗ୍ରାମ କରିବାର ମାନସିକ ବଳ ନାରୀ ସେତେ ଅଧିକ ପାଇପାରିବ । କେବଳ ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ଠାରୁ ନୁହେଁ, ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଏପରି ପାରସ୍ପରିକତାପୂର୍ଣ୍ଣ ସମ୍ପର୍କ ନାରୀର ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାକୁ ସହଜ କରିବ ।

ସମ୍ପର୍କ ସମ୍ବଳର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ ନାରୀର ନିଜସ୍ୱ ବିଶ୍ୱାସ । ଅନେକ ନାରୀ ଭାବି ନିଅନ୍ତି ଯେ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ହେଲେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦା (Needs) ପୂରାପୂରି ଭୁଲିଯିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ଅନ୍ୟର ବିଶେଷ କରି ପ୍ରିୟଜନର ଲାଭକ୍ଷତି ପ୍ରଥମେ ଦେଖିବାକୁ ହେବ । ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥକୁ ପୂରାପୂରି ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦେବାକୁ ହେବ ବୋଲି ସେମାନେ ଧରି ନିଅନ୍ତି । ସବୁକଥା ନିରବରେ ସହି ନିଅନ୍ତି । ଏହା ଏକପ୍ରକାର ଆତ୍ମନିରବତା (Self-silencing) । ମାତ୍ର ଦୀର୍ଘସ୍ଥାୟୀ ଓ ସନ୍ତୋଷଜନକ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ବିକାଶ ପାଇଁ ନିଜକୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ ମଧ୍ୟ ହେବ । ନିଜର ଚାହିଦାକୁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବାକୁ ହେବ । ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ଓ ସଙ୍କଟକାଳୀନ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା ଓ ସମ୍ପର୍କ ପାଇଁ ଆତ୍ମ-ନିରବତା ଅନ୍ତରାୟ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଆତ୍ମ-ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Self-expression) ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ଯେ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇଥିବା ନାରୀ ନିଜର ଅନୁଭୂତି ଓ ଚାହିଦାସବୁକୁ ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ଚାପି ନ ରଖି ନିଜର ପ୍ରିୟଜନ (ଯଥା-ପତି) ପାଖରେ ପ୍ରକାଶ କରିବେ । ନିଜର ଚାହିଦା ପ୍ରକାଶ କରିବାର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅଧିକାର ତାଙ୍କର ରହିଛି, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାର ସହାୟକ ହେବ ।

ସମ୍ପର୍କ ସମ୍ବଳର ତୃତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ସମ୍ପର୍କଭିତ୍ତିକ ସମନ୍ୱୟ । କେତେକ ନାରୀ ନିଜର ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ସମୟରେ ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ରକ୍ଷାକବଚ ପିନ୍ଧାଇବା ଭଳି ନିଜେ ସବୁ ସହ୍ୟ କରି ନିଅନ୍ତି । ଅନ୍ୟମାନେ ଟିକିଏ ହେଲେ ମନକଷ୍ଟ ନ ପାଆନ୍ତୁ ବୋଲି ଚାହାଁନ୍ତି । ନିଜ ଦୁଃଖରେ ସେ ଅନ୍ୟକୁ ଅଂଶୀଦାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହାର ପରିଣତି ତାଙ୍କ ପାଇଁ ଦୁଃଖଦ ହୋଇଥାଏ । ବରଂ ପରିବାରରେ ଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ସମ୍ବଳ କରି ସେ ସଂଗ୍ରାମ କରିବା ଉଚିତ୍ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ କଥାବାର୍ତ୍ତା, ଆଳାପ ଆଲୋଚନା ଏବଂ ଯତ୍ନ ଦେବାନେବାର ସମ୍ଭବପର କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଦରକାର ସମୟରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ନେବାକୁ ହେବ । ଜରୁରୀ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଏବଂ ପରିବାର ବାହାରେ ମଧ୍ୟ ଆତ୍ମୀୟ-ସ୍ୱଜନଙ୍କୁ ଅନୁରୋଧ କରିବାକୁ ହେବ । ନିଜେ ନିଜର ଯତ୍ନ ନେବା ସବୁବେଳେ ପ୍ରୟୋଜନ, ଏପରି ଏକ କଠୋର ଚିନ୍ତାଧାରା ଏ ପରିସ୍ଥିତିରେ କାମ୍ୟ ନୁହେଁ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଜଟିଳ ଧରଣର ଅସୁସ୍ଥତା ସମୟରେ ସମ୍ପର୍କକୁ ଭିତ୍ତିରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି ନାରୀମାନେ ଭାରସାମ୍ୟ ରକ୍ଷା କରିପାରିବେ । ବହୁ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଆଲୋଚିତ ହୋଇଥିବା ସମ୍ପର୍କର ଏହି ତିନୋଟି ଦିଗ କର୍କଟ ରୋଗଗ୍ରସ୍ତ ନାରୀମାନଙ୍କ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାରେ (Coping) ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଭୂମିକା ନେଉଛି । ଏପରିକି ନାରୀର ବୟସର ପରିପକ୍ୱତା ଏବଂ ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷାର ସହାୟତାଠାରୁ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଏ ତିନୋଟି ସାହାଯ୍ୟ କରିଛି । ଜୀବନର ସଙ୍କଟମୟ ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସମ୍ପର୍କର ଏ ତିନୋଟି ବୈଭବ ଜୀବନକୁ ଭିନ୍ନ ମୋଡ଼ ଦେଇଥାଏ ।

ସମ୍ପର୍କ କେତେବେଳେ ସଫଳ

ସମ୍ପର୍କ ସଫଳର ଉପାଦାନ	ସଂକଟ ସମୟରେ ଉପକାରୀ	ସଂକଟ ସମୟରେ ଅପକାରୀ
୧. ପାରସ୍ପରିକତା (ଭାବ) ଆବେଗ ଓ ସହାୟତାର ଆଦାନପ୍ରଦାନ	ପାରସ୍ପରିକତା ବା ଆଦାନପ୍ରଦାନର ବହୁଳତା	ପାରସ୍ପରିକତା ବା ଆଦାନପ୍ରଦାନର ବିରଳତା (କେବଳ ପ୍ରଦାନ କିମ୍ବା କେବଳ ଗ୍ରହଣ)
୨. ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ବିଶ୍ୱାସ	"ସମ୍ପର୍କର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ନିଜର ଭାବ ଅନୁଭୂତି ଓ ଚାହିଦା ସବୁ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇପାରେ" – ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ସହାୟକ ହୁଏ ।	ସମ୍ପର୍କ ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବାକୁ ହେଲେ ନିରବରେ ସବୁ ସହିବାକୁ ହେବ – ଏପରି ଆତ୍ମନିରବତା କ୍ଷତିକର ।
୩. ସମ୍ପର୍କଭିତ୍ତିକ ସମନ୍ୱୟ	ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ସୁଖଦୁଃଖ ବାଣ୍ଟିବାର ମନୋବୃତ୍ତି ଏପରି ମନୋଭାବର ସହାୟକ ହୁଏ ।	ମୁଁ ନିଜେ ସହିନେବି ଅନ୍ୟକୁ ଦୁଃଖ ଦେବି ନାହିଁ – ଏପରି ଭାବନା କ୍ଷତିକାରକ ହୁଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

କହିବେ କି ନାହିଁ ?

ଆମ ଦେଶରେ ଜାତୀୟ ସରକାର ନିମ୍ନବର୍ଗର ଗୋଷ୍ଠୀମାନଙ୍କରୁ ଆସୁଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ଓ ଚାକିରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଂରକ୍ଷଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ କରୁଛନ୍ତି । ଅନୁନ୍ନତ ସମ୍ପ୍ରଦାୟସବୁକୁ ଉନ୍ନତ ଗୋଷ୍ଠୀମାନଙ୍କର ସମକକ୍ଷ କରିବା ଏହାର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ସୁତରାଂ ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନରେ ପ୍ରବେଶ ସମୟରେ ଏବଂ ଚାକିରୀ ପାଇଁ ଆବେଦନ କରିବା ସମୟରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନା (Personal Information) ଓ ଇତିହାସ ପ୍ରକାଶ କଲାବେଳେ ନିଜର ଅସ୍ୱଚ୍ଛଳ ଅବସ୍ଥା (ଯଥା : ଜାତି, ଧର୍ମ ଇତ୍ୟାଦି) ଜଣାଇଥାନ୍ତି । ଏପରି ସୂଚନା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ସେମାନଙ୍କର ସାଫଲ୍ୟର ସହାୟତା କରୁଥିବାରୁ ସେସବୁ ପ୍ରକାଶ କରିବାକୁ କୌଣସି ଅନ୍ତର୍ବାଧା (Inhibition) ନଥାଏ ।

ମାତ୍ର ଅନ୍ୟ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଅନ୍ତର୍ବାଧା ରହିଥାଏ । ପ୍ରକାଶ କରିବି କି ନାହିଁ ? – ଏପରି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ । ମନେ କରାଯାଉ ଜଣେ ନିମ୍ନ ଜାତିର ମହିଳା ଜଣେ ଉଚ୍ଚଜାତିର ପୁରୁଷଙ୍କ ସଂସର୍ଗରେ ଆସିଛନ୍ତି । ସମୟକ୍ରମେ ସେମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆନ୍ତରିକତା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଛି । ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ନିକଟତର ହେବାର ଇଚ୍ଛା ଦୁଇ ଜଣଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ତୀବ୍ର ହୋଇଛି । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ମହିଳା ଜଣକ ଏକ ମାନସିକ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇପାରନ୍ତି । ପୂର୍ବରୁ ଭାବର ଆଦାନପ୍ରଦାନ ସମୟରେ ସେ ନିଜ ବିଷୟରେ ବେଶ୍ କିଛି ସୂଚନା ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନିଜର ବଂଶ ଓ ଜାତି ବିଷୟରେ କହିନଥିଲେ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଏପରି ସୂଚନା ସମ୍ପର୍କଟିକୁ ଭାଙ୍ଗିଦେବ ନାହିଁତ ? ଏକ ବିରାଟ ପ୍ରଶ୍ନ ହୋଇ ମହିଳାଙ୍କ ମନରେ ଆଲୋଡ଼ନ ସୃଷ୍ଟିକରେ । "କହିବେ କି ନାହିଁ"ର ମଝି ରାସ୍ତାରେ ଠିଆ ହେଇ ସେ ନିଜେ ଅସ୍ଥିର ହୋଇପାରନ୍ତି ।

ଅବଶ୍ୟ ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନା କେତେ ବେଶୀ ଏବଂ କେତେ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯିବ, ପ୍ରତି ସମାଜରେ ତାହାର କିଛିଟା ମାନଦଣ୍ଡ ରହିଛି । ଅପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖରେ ନୁହେଁ, ପରିଚିତ ବିଶେଷତଃ ବନ୍ଧୁ ବାନ୍ଧବଙ୍କ ପାଖରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନା ପ୍ରକାଶ କରିବାରେ ବାଧା ନଥାଏ । ପୁଣି ନିଜ ଠାରୁ କମ୍ ବୟସର ଲୋକ ପାଖରେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ତଥ୍ୟ ପ୍ରକାଶ ଅନୁଚିତ ବିଚାର କରାଯାଏ । ଆମ ସମାଜରେ ମହିଳାମାନେ ମହିଳାମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଏବଂ ପୁରୁଷମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଖରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କଥା କହିଥାନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କଥା କେତେ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯିବ ତାହା ପରିସ୍ଥିତି ଓ ଶୁଣୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ସ୍ଥିର କରାଯାଏ । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ଏପରି ପରିପ୍ରକାଶ ମାନସିକ ସମତାର ଲକ୍ଷଣ । ଅଯଥା ଚାପି ରଖିବା ମାନସିକ ଅସୁସ୍ଥତାର ସୂଚକ ହୋଇପାରେ ଏବଂ ମାର୍ଗଦର୍ଶକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ରୂପେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ମଧ୍ୟମ ମାତ୍ରାର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନାର ପରିପ୍ରକାଶ ମାନସିକ ସମତା ରକ୍ଷାର ସହାୟକ । ଅବଶ୍ୟ ଚାକିରୀ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟକୌଣସି ସୁବିଧାସୁଯୋଗ ଆବେଦନ କରିବା ସମୟରେ ଯଥାସମ୍ଭବ ପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟ ଯୋଗାଇବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ମାତ୍ର ବାଧ୍ୟବାଧକତା ନଥିବା ସ୍ଥାନରେ ପରିମିତ ପରିମାଣରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନା ପ୍ରକାଶ ମନର ସୁସ୍ଥତା ରକ୍ଷାରେ ଉପଯୋଗୀ ହୁଏ ।

ନାରୀମାନେ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ନିଜର ଗତାନୁଗତିକ ଅତୀତ ଏବଂ ସାମାଜିକ ଦୁଃସ୍ଥିତି (Social Disadvantage) ବିଷୟରେ କିଛି ସୂଚନା ନ ଦେଇ ନିରବତା ଅବଲମ୍ବନ କରନ୍ତି । ସେମାନେ ହୁଏତ କୁହନ୍ତି ନାରୀମାନେ ଅବହେଳିତା । ମାତ୍ର ସେମାନେ ଯେ ଅତୀତରେ ଅବହେଳାର ଶିକାର ହୋଇଛନ୍ତି, ଏହା କହିନଥାନ୍ତି । ନିମ୍ନବର୍ଗର ନାରୀମାନେ ଉପେକ୍ଷିତ ହୁଅନ୍ତି, ଏହା ହୁଏତ ବ୍ୟକ୍ତ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ସେମାନେ ଯେ ନିମ୍ନବର୍ଗର ନାରୀ, ଏହା କହି ନଥାନ୍ତି ।

ଏ ସବୁ ଗୋପନ ରଖିବାର ଏକାଧିକ କାରଣ ଥାଇପାରେ । ଅନେକ ସମୟରେ ଭଦ୍ରତା ଓ ବିନୟତାର ଚାପରେ ସେମାନେ ଏହା ଅବ୍ୟକ୍ତ ରଖନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ଅତୀତର ଅଘଟଣ (ଯଥା – ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଯୋଗୁ ଅପମାନ ପାଇବା) ମୂଳରେ ସେମାନେ ଦାୟୀ ବୋଲି ଧରିନିଅନ୍ତି । ନିଜକୁ ଦୋଷୀ ମନେକରି ସେମାନେ ଏହା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ନାରୀଜଣକ ଅପମାନ ବା ଅବିଚାରର ଶରବ୍ୟ ହୋଇଛି, ଏପରି ଭାବନାର ସେ ସମ୍ମୁଖୀନ ହୋଇପାରେ ନାହିଁ । ଏପରି ଭାବନା ତାକୁ ଅସ୍ୱସ୍ତିକର ମନେହୁଏ । ସୁତରାଂ ସେ ଭୁଲିଯିବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକରେ ।

ଏହିସବୁ କାରଣରୁ ଅଧିକାଂଶ ନାରୀ ନିଜର ସାମାଜିକ ଦୁଃସ୍ଥିତି (Social disadvantage) ଏବଂ ଗତାନୁଗତିକ ପୃଷ୍ଠଭୂମି (ନିମ୍ନବର୍ଗ ପରି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସୂଚନା) ପ୍ରକାଶ ନ କରିବାରେ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିନିଷ୍ଠ ମାନସିକତା ରହିଛି । କିନ୍ତୁ ସାମାଜିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ଏସବୁର ପରିପ୍ରକାଶ ଆବଶ୍ୟକ । ଏସବୁ ଅପ୍ରକାଶିତ ରହିଗଲେ ସମାଜରେ ସବୁ ଠିକ୍‌ଠାକ୍ ଚାଲିଛି ବୋଲି ଉପରକୁ ଦେଖାଯିବ । ମାତ୍ର ବିଦ୍ୱେଷଭାବ ଅନ୍ତଃସ୍ରୋତ ହୋଇ ରହିଯିବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମୂଲ୍ୟବୋଧର ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଏବଂ ନାରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଅବିଚାର ସମ୍ପର୍କରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସଚେତନ କରିବା ପାଇଁ ଘଟଣାସବୁର ପରିପ୍ରକାଶ ଆବଶ୍ୟକ । ଅବଶ୍ୟ ପରିପ୍ରକାଶର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ଦେଖିବାକୁ ହେବ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନେ ନିଜର ପୃଷ୍ଠଭୂମି ଯୋଗୁ ଅତୀତରେ ଯେଉଁସବୁ ଅବିଚାର ଓ ଅପମାନର ଶରବ୍ୟ ହୋଇଛନ୍ତି ତାହାର ଯଥାଯଥ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଏକ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ସମାଜ ଗଠନରେ ସହାୟକ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଭୂମିକାର ମୂଲ୍ୟାୟନରେ ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ

କେବଳ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ନୁହେଁ, ବିକାଶମୁଖୀ ଦେଶମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଜୀବନ ଧାରଣ ଶୈଳୀରେ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଲାଣି । ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିବା ଫଳରେ ଦ୍ରୁତ ପାରିବାରିକ ଓ ସାମାଜିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି । ପରିବର୍ତ୍ତନ ଯେ କେବଳ ନାରୀ ଜୀବନକୁ ସ୍ପର୍ଶ କରିଛି, ତାହା କହିହେବ\ନାହିଁ । ଦ୍ରୁତ ଗତି ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ମାନସିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଛି । ପୂର୍ବ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ଉଦାର ମନୋଭାବ ପୋଷଣ କରୁଛନ୍ତି ଏବଂ ଘରକାମରେ ମଧ୍ୟ ଅଂଶଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ମଧ୍ୟରେ ପୂର୍ବରୁ ରହିଥିବା ଗତାନୁଗତିକତାର ସୀମାରେଖା ଭାଙ୍ଗି ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ନିଜ ନିଜର ଭୂମିକାକୁ ସମ୍ପ୍ରସାରିତ କରିଛନ୍ତି ।

ନାରୀମାନେ ଗୃହକର୍ମ ଏବଂ ସଂସାର କରୁଛନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ ସଂସାର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଘରର କିଛିଟା ଦାୟିତ୍ୱ ନେଉଛନ୍ତି । କିନ୍ତୁ କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ଉଭୟ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ସେମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ଯେଉଁ ସବୁ ନିନ୍ଦା ପ୍ରଶଂସା ପାଉଛନ୍ତି ସେପରି ମାନଦଣ୍ଡର ସ୍ଥିରତା ରହୁ ନାହିଁ ।

ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ (Double Standard) ପରିବର୍ତ୍ତେ ମାନଦଣ୍ଡରେ ଏକତ୍ୱ ରହିବା ଏକ ଉଚିତ ବ୍ୟବସ୍ଥା । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ଗୋଟିଏ କାମର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପରିମାଣର ସଫଳତା ପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଯେଉଁ ପରିମାଣର ପ୍ରଶଂସା ଦିଆଯିବ, ସେ କାମର ସେତିକି ବିଫଳତା ପାଇଁ ସେତିକି ପରିମାଣରେ ନିନ୍ଦା କରାଯିବା ଉଚିତ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଳ୍ପ ମାତ୍ରାରେ ସଫଳ ହୋଇଥିଲେ ତାକୁ 'ଅଳ୍ପ ପ୍ରଶଂସା' କରାଯିବ । ସେହିପରି ଉକ୍ତ କାମଟିରେ ଅଳ୍ପ ବିଫଳ ହୋଇଥିଲେ ସେ 'ଅଳ୍ପ ନିନ୍ଦା' ପାଇବା ଉଚିତ । ମାତ୍ର ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଦ୍ୱୈତ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ମାନଦଣ୍ଡ ସ୍ଥିର ରହେ ନାହିଁ ।

ନାରୀ ପାଇଁ ଗତାନୁଗତିକ୍ ଏବଂ ସମୟାନୁମୋଦିତ ବିଚାର କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଳ୍ପ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ପାଇଁ ନାରୀ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ନିନ୍ଦିତ ହୁଏ । ଅଥଚ ସେହି କାମରେ ଉଚ୍ଚତମ ସଫଳତା ପାଇଁ ସେ ଉଚ୍ଚ ଧରଣର ପ୍ରଶଂସା ପାଇ ନ ଥାଏ । ସାମାଜିକ ମାନଦଣ୍ଡ ଅନୁଯାୟୀ ଗୃହକର୍ମ ଓ ଶିଶୁପାଳନ ନାରୀମାନଙ୍କର ସ୍ୱାଭାବିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପରିସର । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ଅଳ୍ପ ତ୍ରୁଟି ପାଇଁ ଅଧିକ ତିରସ୍କୃତ ହୁଏ; କିନ୍ତୁ ଖୁବ୍ ଉଚ୍ଚ ଧରଣର ସାଫଲ୍ୟ ପାଇଁ ଉଚ୍ଚ ପ୍ରଶଂସା ପାଇ ନ ଥାଏ । ପୁଣି କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସେହିପରି ଅସମାନତା ଦେଖାଯାଏ । ସଫଳତା ପାଇଁ ତାର ଯେତିକି ପ୍ରଶଂସା ପ୍ରାପ୍ୟ, ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ପ୍ରଶଂସା ପାଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରିସ୍ଥିତିରେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ (Double Standard) ସକ୍ରିୟ ଥାଏ । ଶିଶୁପାଳନ ଓ ଘର ଦାୟିତ୍ୱ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଗତାନୁଗତିକ କାର୍ଯ୍ୟ ନୁହେଁ ବୋଲି ଲୋକେ ଧରି ନିଅନ୍ତି । ତେଣୁ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ସଫଳତା ଅଧିକ ପ୍ରଶଂସା ଆଣେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ କର୍ମ ସଂସ୍ଥାନରେ ପୁରୁଷର କାର୍ଯ୍ୟ ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ । ସୁତରାଂ ଏଠାରେ ପୁରୁଷର ସାମାନ୍ୟତମ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ନିନ୍ଦନୀୟ ହୋଇଥାଏ । ଅଥଚ କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷର ଉଚ୍ଚତର ସଫଳତା ସମାନ ଅନୁପାତରେ ପ୍ରଶଂସିତ ହୋଇ ନ ଥାଏ ।

ଏହି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣରୁ ସ୍ପଷ୍ଟ ହେଉଛି ଯେ ମୂଲ୍ୟାୟନ (Evaluation) କରିବା ସମୟରେ ଆମ୍ଭେମାନେ ସାମାଜିକ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ ରଖିନାହୁଁ । ନାରୀର ପରମ୍ପରାଗତ ଭୂମିକାଟି ସେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ କରିବା ଉଚିତ, ଏପରି ଧାରଣା ଅସ୍ଥିମଜ୍ଜାଗତ ହୋଇଯାଇଛି । ଫଳତଃ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ପାଇଁ ତାକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରଶଂସା ଦିଆ ନ ଯାଇ ସାମାନ୍ୟତମ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ପାଇଁ ନିନ୍ଦାର ଶରବ୍ୟ କରାଯାଉଛି ।

ଅନ୍ୟ କେତେକ ମୂଲ୍ୟାୟନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ଧରାଯାଉ ଜଣେ ନାରୀ ଓ ଜଣେ ପୁରୁଷ ସମାନ ପରିମାଣରେ କ୍ରୋଧୀ । ଆମେ ହୁଏତ ସେମାନଙ୍କୁ ସମାନ ସ୍ତରର କ୍ରୋଧୀ ବ୍ୟକ୍ତି ବୋଲି ବିଚାର କରିବୁ । ମାତ୍ର ନାରୀଜଣକ ଅଧିକ ଅସ୍ୱାଭାବୀ (Abnormal) ଏବଂ ତାଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ହାନି ହୋଇଛି ବୋଲି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନେବୁ । ପୁରୁଷମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କ୍ରୋଧୀ ବୋଲି ସାମାଜିକ ଧାରଣା ରହିଥିବାରୁ ଏପରି ଦ୍ୱୈତ ମାନଦଣ୍ଡ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ସେହିପରି ଜଣେ ପୁରୁଷ ଓ ଜଣେ ନାରୀ ସମାନ ପରିମାଣରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ (Depressed) ହୋଇଥିଲେ, ପୁରୁଷକୁ ଅଧିକ ଅସୁସ୍ଥ ବୋଲି ବିଚାର କରିବୁ । ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାଗତ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେବାର ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବି ଥିବାରୁ ଏପରି ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ମାନଦଣ୍ଡ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥାଏ ।

ସ୍ଥଳତଃ, ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଭୂମିକା ସଂପ୍ରସାରିତ ହେଉଥିବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଆମର ମୂଲ୍ୟାୟନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେଉଁ ଜଟିଳତା ରହିଛି, ତାହା ସୂକ୍ଷ୍ମ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଣିଧାନର ବିଷୟ । ଏ ବିଷୟରେ ସଚେତନ ହେଲେ ଆମେ ନାରୀ ତଥା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପୂର୍ବର ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକା ଓ ନୂତନ ଭୂମିକାର ସଫଳତା ବିଫଳତାର ଯଥାର୍ଥ ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ କରିପାରିବୁ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନଙ୍କର ମାନସିକ ଚାପ

ମାନସିକ ଚାପ ଆଧୁନିକ ଜୀବନ ସହିତ ଗଭୀର ଭାବରେ ଜଡ଼ିତ । ଏହାକୁ ବାଦ ଦେଇ ସମସାମୟିକ ଜୀବନର ପରିକଳ୍ପନା କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । କ୍ରମବର୍ଦ୍ଧିଷ୍ଣୁ ଉଚ୍ଚ ଅଭିଳାଷ, ତୀବ୍ର ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱିତା, ସମ୍ବଳର ଅଭାବ ଏବଂ ଜନବସତିର ଚାପ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ମାନସିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟିକରେ । ତଥାପି ଦେଖାଯାଏ ଯେ ସବୁଲୋକ ସମାନ ଭାବରେ ମାନସିକ ଚାପର ଶରବ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ପୁଣି ମାନସିକ ଚାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । ସାଧାରଣତଃ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ମାନସିକ ଚାପର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି ।

ଏହାର କାରଣ ଏକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ । ନାରୀମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ବେଶି ମାନସିକ ଚାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଚାରୋଟି କାରଣର ଅନୁଧ୍ୟାନ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ଶରୀର-ଭିତ୍ତିକ । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଓ ସ୍ନାୟୁତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ମସ୍ତିଷ୍କର କ୍ରିୟାକଳାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ଥାନୀୟକରଣ (Localization) ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ନୀତି । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ମସ୍ତିଷ୍କର ବିଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ର ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ଆମର ଦର୍ଶନଜନିତ ଅନୁଭୂତି ଗୋଟିଏ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କେନ୍ଦ୍ରଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଆମର ଶୁଣିବାର ଅନୁଭବ ଭିନ୍ନ ଏକ କେନ୍ଦ୍ର ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୁଏ । ସେହିପରି ସ୍ପର୍ଶ, ସ୍ୱାଦ ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ଅନୁଭୂତି ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କେନ୍ଦ୍ରମାନ ରହିଥାଏ । ସମୁଦାୟ ମସ୍ତିଷ୍କର ୩୦ ପ୍ରତିଶତ ସହଯୋଗୀ କ୍ଷେତ୍ରରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ କୌଣସି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କେନ୍ଦ୍ର କୌଣସି କାରଣରୁ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେଲେ ମସ୍ତିଷ୍କର ସହଯୋଗୀ ଅଂଶ ବିଶେଷ କିଛି ପରିମାଣରେ କାମ ତୁଲାଇ ନିଏ । ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରେ । ଏହା ସ୍ୱୀକୃତ ଯେ ମସ୍ତିଷ୍କର ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅଂଶବିଶେଷ ଆମର ଭାଷାଜ୍ଞାନ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ମନେକରାଯାଉ ଗୋଟିଏ ଦୁର୍ଘଟଣା ଫଳରେ ଗୋଟିଏ ପିଲାର ମସ୍ତିଷ୍କର ଏହି ଅଂଶଟି କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେଲା । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିଲାଟିର ମସ୍ତିଷ୍କର ସହଯୋଗୀ ଅଂଶ ସକ୍ରିୟ ହୋଇ ଭାଷାଗତ ଜ୍ଞାନକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବ ଏବଂ ପିଲାଟି ଧୀରେ ଧୀରେ ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଭାଷାକୌଶଳ ଫେରିପାଇବ । ମାତ୍ର ଦୁର୍ଘଟଣାଟି ଯୁବକ ବା ଯୁବତୀଙ୍କର ହୋଇଥିଲେ କ୍ଷତିପୂରଣ ପ୍ରାୟ ଅସମ୍ଭବ ହୋଇପଡ଼ିବ । ବୟସର ବୃଦ୍ଧି

Digitized by srujanika@gmail.com

ସହିତ ଭାଷାଜ୍ଞାନ ପାଇଁ ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଥିବା ମସ୍ତିଷ୍କ କେନ୍ଦ୍ର ଏତେବେଶି ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତାପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଉଠେ ଯେ ମସ୍ତିଷ୍କର ସହଯୋଗୀ ଅଂଶ ବିଶେଷ ସେପରି ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ପୂରଣ କରିପାରେ ନାହିଁ ।

ଦୁର୍ଘଟଣାଜନିତ ମସ୍ତିଷ୍କର କ୍ଷତିର ପରିମାଣକୁ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ତୁଳନାତ୍ମକ ଭାବରେ ବିଚାର କରାଯାଇଛି । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ଏକାପ୍ରକାର ଦୁର୍ଘଟଣାର ଶରବ୍ୟ ହୋଇ ସମାନ ଧରଣର ମସ୍ତିଷ୍କର ଆଘାତ ଓ କ୍ଷତିର ଶରବ୍ୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପରିଣତି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୋଇଥାଏ ।

ନାରୀମାନେ ଧୀରେ ଧୀରେ ପୂର୍ବ ଅବସ୍ଥାକୁ ଫେରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମୟ ନିଅନ୍ତି । କାରଣ ସ୍ୱରୂପ ଦର୍ଶାଯାଇଛି ଯେ ପୁରୁଷ ମସ୍ତିଷ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କେନ୍ଦ୍ର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ପରିମାଣର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତାପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଏପରି ଫଳାଫଳ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ ।

ସ୍ନାୟୁତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନଙ୍କ ମତରେ ପୁରୁଷ ମସ୍ତିଷ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କେନ୍ଦ୍ରସବୁ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନେ ସମସ୍ୟାର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗକୁ ଠିକ୍ ଭାବରେ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିପାରନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ ଭାବକୁ ଭାବନା ସହିତ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ପୁରୁଷମାନେ ଧାରଣା ଓ ବସ୍ତୁ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ସବୁଜିନିଷକୁ ମିଶାଇ ଦେବା ଫଳରେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କଷ୍ଟକର ହୁଏ ଏବଂ ମାନସିକ ଚାପ ଅଧିକ ହୁଏ ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ମାନସିକ ଚାପର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ ହେଉଛି ଏକାଧିକ ଭୂମିକାର ଚାପ । କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାମାନେ ଏକାସମୟରେ ପରିବାର ଓ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ କରିଥାନ୍ତି । ଦୁଇଟିଯାକ ଭୂମିକାର ଆଶାପ୍ରତ୍ୟାଶା ଓ କାର୍ଯ୍ୟର ଭାର ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ମାନସିକ ଚାପ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । କିନ୍ତୁ ବହୁ ଭୂମିକା ତୁଳନାରେ ନାରୀ ଜୀବନର ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ଅଧିକ ଚାପ ସୃଷ୍ଟିକରେ । ତାହା ହେଉଛି ନାରୀ ଜୀବନରେ ଏକାଧିକ ସ୍ତର ପରିବର୍ତ୍ତନ । କୈଶୋରରୁ ମାତୃତ୍ୱ, ପୁଣି ମାତୃତ୍ୱରୁ ସନ୍ତାନଧାରଣର ସାମର୍ଥ୍ୟ ହାନି ଇତ୍ୟାଦି ପରିବର୍ତ୍ତନ ସବୁ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଜୀବନଧାରାରେ ଏପରି ଗୋଟିଏ ଗୋଟିଏ ବାଧକ ଜଟିଳ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ ମାନସିକ ଚାପ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ନାରୀର ମାତ୍ରାଧିକ ସାମାଜିକତାକୁ ଦାୟୀ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସାମାଜିକ । ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ଏବଂ ଅଧିକ ସହଯୋଗ କରନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବେଳେବେଳେ ମାତ୍ରାଧିକ ସାମାଜିକତା ମାନସିକ ଚାପର କାରଣ ହୁଏ । ପଡ଼ୋଶୀଙ୍କର ପୁତ୍ରଟି ଜ୍ୱରରେ ପୀଡ଼ିତ ଥିଲେ ଜଣେ ମହିଳା ନିଜେ ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ହୋଇ ନିଜର କର୍ମସଂସ୍ଥାକୁ ଯାଇଥାଏ । କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ କାର୍ଯ୍ୟର ଚାପ ଏବଂ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପିଲାଟି ବିଷୟରେ ଭାବନାର ବୋଝ ତାର ମାନସିକ ସ୍ଥିତିକୁ ଅଧିକ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ କରେ । ଏହାକୁ ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପ୍ରେସର କୁକର୍ ପ୍ରଭାବ କହନ୍ତି ।

ଚତୁର୍ଥରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବ ମାନସିକ ଚାପର ଅନ୍ୟତମ କାରଣ ବୋଲି ସୂଚିତ କରାଯାଇଛି । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ସମ୍ବଳ । ଏହି ସମ୍ବଳର ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ମାନସିକ ଚାପକୁ ସୀମିତ ରଖେ । ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ସ୍ତର ତୁଳନା କରାଯାଇ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ମାତ୍ରା କମ୍ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଏକାଧିକ ଭୂମିକାର ଚାପ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ମାତ୍ରାଧିକ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ହେବାର ମାନସିକତା ଏବଂ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବକୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ମାନସିକ ଚାପର କାରଣ ରୂପେ ସୂଚିତ କରାଯାଇଛି । ଅବଶ୍ୟ ଏହା ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣୀୟ ଯେ ଉପଯୁକ୍ତ ତାଲିମ ମାଧ୍ୟମରେ ନାରୀର ଭୂମିକା ନିର୍ବାହର ଦକ୍ଷତା, ସାମାଜିକ-ସମ୍ପର୍କ ପରିଚାଳନାର କୁଶଳତା ଏବଂ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଦୃଢ଼ତା ବୃଦ୍ଧି କରାଯାଇପାରିବ । ଏପରିସବୁ ପଦକ୍ଷେପ ନାରୀର ସମନ୍ୱୟଶୀଳତା ବୃଦ୍ଧିକରି ମାନସିକ ଚାପକୁ ହ୍ରାସ କରିବାରେ ସହାୟକ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଅବହେଳିତ ଶିଶୁର ଜନନୀ କି ?

ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ନାରୀର ଭୂମିକାର ଯଥେଷ୍ଟ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଛି । ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ଓ ଗୃହ ପରିଚାଳନାର ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକାର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ନାରୀ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଭୂମିକାର ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରିଛି । କାର୍ଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀମାନେ ଯୋଗଦେବାରେ ଲାଗିଛନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟସଂସ୍ଥା ଓ ବ୍ୟବସାୟିକ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନରେ କାର୍ଯ୍ୟରତ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବାରେ ଲାଗିଛି ।

ଏପରି ସାମାଜିକ ଓ ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଅନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରଶ୍ନ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ହୋଇପଡ଼ିଛି । ପୂର୍ବରୁ ପରିବାରକୁ ନାରୀର ମୁଖ୍ୟ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ର ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଉଥିଲା ଏବଂ ପରିବାରର ସଫଳତା ପାଇଁ ନାରୀର ଅବଦାନକୁ ସମ୍ମାନ ଦିଆଯାଉଥିଲା । ବିଶେଷକରି ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ଏବଂ ବର୍ଷୀୟାନ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ସେବା ନାରୀ ଦାୟିତ୍ୱର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଅଙ୍ଗ ବୋଲି ସ୍ୱୀକାର କରାଯାଉଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବାରୁ ପରିବାରରେ ଶିଶୁ ଲାଳନପାଳନ, ଯତ୍ନ ଓ ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ନେଇ କେତେକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠୁଛି । ଅନେକଙ୍କର ଧାରଣା ହେଉଛି ଯେ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ନିଜର ସଂସ୍ଥାରେ ସମୟ ଦେଉଥିବାରୁ ପରିବାରରେ ଶିଶୁ ଅବହେଳିତ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଅନେକ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ କରୁଛନ୍ତି ଯେ ମା'ର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାହ ବିପର୍ଯ୍ୟସ୍ତ ହେଉଥିବାରୁ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ ହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ । ପ୍ରତି ସମାଜରେ ଶିଶୁର ଲାଳନପାଳନ, ଶାରୀରିକ ଓ ମାନସିକ ବିକାଶ ଏବଂ ଶିଶୁର ସମନ୍ୱୟ ଦକ୍ଷତାର ପରିପ୍ରକାଶ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଶିଶୁ ଓ ଜନନୀର ସମ୍ପର୍କ ବିଷୟରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ପ୍ରକାଶ ପାଇବା ସହଜରେ ଅନୁମେୟ । ମାତ୍ର କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାଙ୍କ ଶିଶୁ ସନ୍ତାନ ପ୍ରକୃତରେ କେତେ ପରିମାଣରେ ଅବହେଳିତ, ତାହାର ଉତ୍ତର ଖୁବ୍ ସରଳ ନୁହେଁ ।

ଶିଶୁ ପ୍ରକୃତରେ ଅବହେଳିତ ହେଉଛି କି ନାହିଁ, ତାହାର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ବିଚାର ପାଇଁ ଅନେକ ଗୁଡ଼ିଏ ଉପାଦାନ ବିଷୟରେ ବିଚାର ଆଲୋଚନା କରାଯାଇପାରେ । କିନ୍ତୁ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ତିନୋଟି ମୁଖ୍ୟ ଉପାଦାନ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରାଯିବ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହି ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧର ଭୂମିକା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ନାରୀ ଉଚ୍ଚ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧର ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ଅନେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବାରେ ସକ୍ଷମ ହୁଏ । ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧର ଏକ ସ୍ପଷ୍ଟ ପରିପ୍ରକାଶ ହେଉଛି ଶିଶୁପାଳନ ଦାୟିତ୍ୱରେ ଯଥାର୍ଥ ଭାବରେ ଅଂଶୀଦାର ହେବା ପାଇଁ ନିଜ ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରିବା । ସାଧାରଣ ଭାବରେ ପରିବାରରେ ପୁରୁଷ ନିଜର ଚାକିରୀ ଏବଂ ପରିବାରର କେତେକ ଆର୍ଥିକ ନିଷ୍ପତ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟରେ ସମୟ ବିନିଯୋଗ କରେ । ଶିଶୁ ଦାୟିତ୍ୱର ଏକ ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଦାୟିତ୍ୱ-ବହନ ନାରୀର ମୁଖ୍ୟ ସମସ୍ୟା ହୁଏ । ମାତ୍ର ପତ୍ନୀ ନିଜର ପତିଙ୍କୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରି ଶିଶୁପାଳନର କେତେକ ଦାୟିତ୍ୱ ହସ୍ତାନ୍ତର କଲେ ସୁଫଳ ଅବଶ୍ୟ ମିଳିଥାଏ ।

କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ପରିବାରରେ ପୁରୁଷ ବା ସ୍ୱାମୀ ନିଜ ପତ୍ନୀଙ୍କର ଶିଶୁପାଳନର କେତେକ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣର ସମ୍ମତି ଦେଲାପରେ ଫଳାଫଳ ଭଲ ଦିଗରେ ଯାଇଥାଏ । ବାସ୍ତବିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେ ସ୍ୱାମୀଜଣକ ପ୍ରକୃତରେ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଛନ୍ତି, ଏପରି ମଧ୍ୟ ଘଟି ନ ପାରେ । ତଥାପି ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ପଛରେ ତାଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ ରହିଛନ୍ତି, ଏପରି ଆଶ୍ୱାସନା ଖୁବ୍ ଫଳଦିଏ । ଶିଶୁର ବିକାଶ ପତିପତ୍ନୀଙ୍କର ସମ୍ମିଳିତ ଦାୟିତ୍ୱ, ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ଏପରି ବକ୍ତବ୍ୟ ମାନସିକ ଆସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ପରିସ୍ଥିତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ନିୟନ୍ତ୍ରଣାଧୀନ ଏବଂ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ପତିପତ୍ନୀ ମିଳିତ ଭାବରେ କାମ କରିବେ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ହିଁ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ । ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ନାରୀର ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ତା'ର ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧକୁ ଦୃଢ଼ କରେ । ଏହି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-ବିଶ୍ୱାସର ଅଧିକାରୀ ହୋଇ ନାରୀ ଶିଶୁପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱକୁ ଏକ ବୋଝ ରୂପେ ଗ୍ରହଣ ନ କରି ଏହାକୁ ଏକ ଆହ୍ୱାନପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଦିଏ । ସୁତରାଂ ନିଜର ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ନାରୀକୁ ତା'ର ସହଯୋଗୀ ପୁରୁଷର ସହାୟତା ନେବାକୁ ହେବ । ସାମାଜିକ ମଙ୍ଗଳ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପୁରୁଷମାନେ ମଧ୍ୟ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହୋଇ ନାରୀର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ବିକାଶ ଘଟାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପାରିବାରିକ ସୁଖ ସମୃଦ୍ଧି ସାଧନ କରିବେ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ମାତୃତ୍ୱର ବନ୍ଧନ ଓ ବିଶାଳତା

ମାତୃତ୍ୱ ଏକ ଅନନ୍ୟ ଅନୁଭବ । ଏହାକୁ ବୁଝିବା ଏବଂ ବୁଝାଇବା ଏକ ସରଳ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନୁହେଁ । ମାତୃତ୍ୱର ଗଣ୍ଡି ମଧ୍ୟରେ ବହୁ ଲୋକ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ବିରୋଧାଭାସ (Paradox) ଦେଖନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ବହୁ ପୂର୍ବେ ବିଶେଷତଃ ଭାରତ ବର୍ଷରେ ମାତୃତ୍ୱକୁ ଏକ ଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ବିଚାର କରାଯାଉଥିଲା । ସନ୍ତାନହୀନା ନାରୀ ସାମାଜିକ ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧାରୁ ବଞ୍ଚିତ ହେବା ସ୍ଥଳେ ବହୁ ସନ୍ତାନର ଜନନୀ ଉଚ୍ଚ ସମ୍ମାନ ଲାଭ କରୁଥିଲା । ମାତ୍ର ସମୟର ପରିବର୍ତ୍ତନ ସହିତ ଆଶା ପ୍ରତ୍ୟାଶାର ରୂପ ମଧ୍ୟ ବଦଳିଛି । ଆର୍ଥିକ ଚାପର ଶରବ୍ୟ ହୋଇ କୌଣସି ନାରୀ ବହୁ ସନ୍ତାନର ଜନନୀ ହେବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ନାହିଁ । ପୁଣି କର୍ମସଂସ୍ଥାନରେ ନାରୀମାନଙ୍କର କର୍ମବର୍ଦ୍ଧିତ ଅଂଶଗ୍ରହଣ ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭବକୁ ଜଟିଳ କରିଛି ।

ନାରୀ ମୁକ୍ତି ପାଇଁ ଆନ୍ଦୋଳନ କରୁଥିବା ନାରୀନେତ୍ରୀମାନଙ୍କର ମତାମତ ଏ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଦୋଳାୟିତ ହୋଇଛି । ଗୋଟିଏ ଦିଗରୁ ସେମାନେ କହୁଛନ୍ତି ଯେ ସନ୍ତାନକୁ ଜନ୍ମ ଦେବା ଏବଂ ସନ୍ତାନର ଲାଳନପାଳନ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ନାରୀର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାଧୀନତା ଓ ଆତ୍ମବିକାଶ ରୁଦ୍ଧ ହେବା ଅନୁଚିତ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ସେମାନେ କହନ୍ତି ଯେ, ବହୁନାରୀ ମାତୃତ୍ୱକୁ ଏକ ଉତ୍କର୍ଷପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନୁଭବର ମାନ୍ୟତା ଦେଉଥିବାରୁ ସେଥିରୁ ସେମାନେ ବଞ୍ଚିତ ହେବା ମଧ୍ୟ ଅନୁଚିତ ।

ପ୍ରକୃତରେ ବିଚାର କଲେ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭୂତିର ପରିସର ବ୍ୟାପକ । ଏଥିରେ ଯେପରି ବାଧା ରହିଛି, ଅନେକ ସମ୍ଭାବନା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । କେତେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମାତୃତ୍ୱ ନାରୀର ଭୂମିକାକୁ ସଙ୍କୁଚିତ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନୂତନ ଭୂମିକାର ନିର୍ମାଣ କରେ । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦକ୍ଷତାର ହ୍ରାସ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମର୍ଥ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । କେତେକ ଜ୍ଞାନ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଜ୍ଞାନ ସଂପ୍ରସାରିତ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନିଃସଙ୍ଗତା ଆସିବାସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନୂଆ ସମାଜରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ଆସେ । ସୁତରାଂ ସଙ୍କୋଚନ ଓ ପ୍ରସାରଣର ଏହି ପରିସର ବିରୋଧୀ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ନାରୀକୁ ନିଜ ଜୀବନର ଅର୍ଥପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗଟି ବାହାର କରିବାକୁ ହେବ । ବିକାଶର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଦିଗ ସବୁ ପ୍ରତି ଆଖିବୁଜି ଦେଇ କେବଳ ବିନାଶର ଚିତ୍ର କଳ୍ପନା କଲେ ମାତ୍ରାଧିକ ବିଷାଦ ଓ ମାନସିକ ଚାପ ସୃଷ୍ଟିହେବା ସୁନିଶ୍ଚିତ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଜନ୍ମକାଳୀନ ଓ ଶୈଶବକାଳୀନ ସ୍ପର୍ଶାନୁଭୂତି :

ଅନେକଙ୍କର ଧାରଣା ଯେ ଶିଶୁ ତାର ଜନନୀକୁ ଭଲ ପାଇବା ମୂଳରେ ଜନନୀର ଖାଦ୍ୟଦାତ୍ରୀର ଭୂମିକା ନିହିତ । ଏହା ସତ୍ୟ ଯେ ଜନନୀ ଶିଶୁର କ୍ଷୁଧା ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଦିଏ, ତୃଷା ସମୟରେ ପାନୀୟ ଦିଏ, ଶୀତବେଳେ ବସ୍ତ୍ର ଦିଏ । ଶିଶୁର ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ ଚାହିଦାସବୁ ଜନନୀ ପୂରଣ କରେ । ଏସବୁ ଚାହିଦା ପୂରଣ ଶିଶୁ ଓ ଜନନୀ ମଧ୍ୟରେ ବନ୍ଧନ ସୃଷ୍ଟିକରେ ଏବଂ ଦୃଢ଼ କରେ । ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଆବଶ୍ୟକତା ସମ୍ପର୍କରେ ଅଧିକାଂଶ ସଚେତନ ନ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ତାହା ବେଶ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ତାହା ହେଉଛି ଜନନୀର ସ୍ପର୍ଶ ।

ଜନ୍ମର ପରେପରେ ଶିଶୁ ଜନନୀର କୋମଳ ସ୍ପର୍ଶ ଚାହେଁ । ମାଙ୍କଡ଼, ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଜୀବଜନ୍ତୁ ଓ ମନୁଷ୍ୟ ଉପରେ ଗବେଷଣାଗାରର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ପରୀକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଏହା ପ୍ରମାଣ କରାଯାଇଛି । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଏବଂ ଶୈଶବ କାଳରେ ଖାଦ୍ୟଦାତ୍ରୀ ତୁଳନାରେ ସ୍ପର୍ଶଦାତ୍ରୀ ପ୍ରତି ଅଧିକ ନିବିଡ଼ତା ପ୍ରକାଶ କରେ । ଶୈଶବକାଳୀନ ସ୍ପର୍ଶ ସନ୍ତାନ ଓ ଜନନୀ ମଧ୍ୟରେ ଅନୁରାଗ ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଏପରି ଅନୁରାଗ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଶିଶୁର ସୁରକ୍ଷାଭାବ (sense of security) ଓ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଭିତ୍ତିଭୂମି ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ ।

ଏ ଉପାଦାନଟିର ଗୁରୁତ୍ୱ ଦର୍ଶାଇବାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ହେଉଛି ମହିଳାଜଣକ କର୍ମଜୀବୀ ହୁଅନ୍ତୁ ବା ନହୁଅନ୍ତୁ, ତାଙ୍କର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅନୁରାଗ (Attachment) ଏକ ଦୃଢ଼ ଆଧାର ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବ । ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ସମୟରେ ଏବଂ ପ୍ରାକ୍‌କାଳରେ ସେ ନିଜର ସ୍ପର୍ଶ ଦେଇ ଶିଶୁର ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଚାହିଦା ପୂରଣ କରିପାରିବେ । ସ୍ତନ୍ୟପାନ ସମୟରେ ନିବିଡ଼ ଆଲିଙ୍ଗନ ମାଧ୍ୟମରେ ଶିଶୁକୁ କୋମଳ ସ୍ପର୍ଶ ଦେଇପାରିବେ । ଶିଶୁକୁ ଏପରି ଅନୁଭୂତି ଦେବାରେ ସମ୍ଭବତଃ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାଙ୍କର କୌଣସି ଅସୁବିଧା ରହିବ ନାହିଁ ଏବଂ ଶିଶୁର ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ଅଭାବବୋଧ ଦୂର ହୋଇପାରିବ ।

ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟାର ଗୁଣାତ୍ମକ ଦିଗ :

ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଶିଶୁ ପାଇଁ କେତେ ବେଶି ସମୟ ଦେଉଛି, ତାହା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନୁହେଁ । ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ସେ ସମୟର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଓ ତାର ଗୁଣାତ୍ମକ ଦିଗ । ଶିଶୁର ବିକାଶ ପାଇଁ ମା' ସବୁବେଳେ ଶିଶୁର ପାଖେ ପାଖେ ରହିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ମା'ଶିଶୁ ସହିତ ଯେଉଁ ସମୟ କାଟୁଛି, ସେ ସମୟ ଉପଯୁକ୍ତ ଭାବନାରେ ବିନିଯୋଗ ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ପ୍ରଥମତଃ, ମା' ହିସାବରେ ସେ ଶିଶୁର ମୁଖ୍ୟ ଚାହିଦାସବୁ ଜାଣିଥିବେ, ପୁଣି ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ ଭାବରେ ଚାହିଦା ପୂରଣରେ ପଦକ୍ଷେପ ନେଉଥିବେ । ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଯେ ଶିଶୁଟି କାନ୍ଦିଲାମାତ୍ରେ ତାକୁ ତାର ଦରକାରୀ ଜିନିଷ ଦେଇଦେବେ । ଶିଶୁ ନିଜର ଚାହିଦା ପ୍ରକାଶ କରିବା ପାଇଁ ବିଭିନ୍ନ ମାଧ୍ୟମ ପ୍ରୟୋଗ କରେ । କେତେବେଳେ ସେ କାନ୍ଦେ । କଥା କହିବା ଶିଖିବା ପରେ ଭାଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଚାହିଦା ଜଣାଏ । ଶିଶୁର ସଂକେତସବୁ ଜନନୀ ବୁଝିପାରିବା ଆବଶ୍ୟକ । ସଂକେତଗୁଡ଼ିକ ବୁଝି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଓ ବିଚାରଶୀଳ ହୋଇ ସେସବୁ ପୂରଣ କରିବେ । ମୋଟ ଉପରେ ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ ଭାବରେ ଚାହିଦାପୂରଣ ସମୟର ସଦୁପଯୋଗ କରିଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟରେ, କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଘରେ ଥିବା ସମୟରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ଓ ନିର୍ଭୁଲ ଭାବରେ ସୂଚନା ଦେବେ ଯେ ଶିଶୁର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ତାଙ୍କର ଗଭୀର ଆଗ୍ରହ ରହିଛି । ଜନନୀ ନିଜର ଭାବଭଙ୍ଗୀ ମାଧ୍ୟମରେ ଏବଂ କଥୋପକଥନ ମାଧ୍ୟମରେ ନିଜର ଆଗ୍ରହ ଓ ଆନ୍ତରିକତା ଦର୍ଶାଇବେ । କାମରୁ ଫେରିଲାପରେ ଶିଶୁକୁ ପାଖକୁ ଡାକି ଏବଂ କୋଳେଇ ନେଇ ଏପରିସବୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଇପାରେ । "ଆଜି ଖାଇବା କେମିତି ଲାଗିଲା ?", "ଆଜି କେତେ ଖେଳିଲ ?" "ଆଉ କିଏ ସବୁ ସାଙ୍ଗ ତୋ ପାଖକୁ ଆସିଥିଲେ ?" ଏପରି ସବୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିଲା ବେଳେ ମନେରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ କେବଳ ଘଟଣା ଜାଣିବା ପାଇଁ ଶିଶୁକୁ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଉନାହିଁ । ଶିଶୁ ମନରେ ମଧ ଏପରି ଭାବନା ଆସିବା ଉଚିତ ନୁହେଁ । ଶିଶୁଟି କେତେ ମଜା, କେତେ ଆନନ୍ଦ ପାଇଛି, ତାହା ମା' ଜାଣିବା ପାଇଁ ବ୍ୟଗ୍ର ବୋଲି ଶିଶୁ ଅନୁଭବ କରିବା ଉଚିତ୍ । ସେହିପରି ଅବସର ସମୟରେ ଶିଶୁପାଖରେ ବସିବା, ଗପ କହିବା ଏବଂ ଶିଶୁ ମୁଖରୁ ତାର କଥା ଶୁଣିବା ଖୁବ୍ ଭଲ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ତୃତୀୟତଃ, କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା କର୍ମସଂସ୍ଥାରୁ ଫେରିବା ସମୟରେ ଶ୍ରାନ୍ତିକ୍ଳାନ୍ତିର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରର କୌଣସି ଅପ୍ରୀତିକର ଘଟଣାର ଅବଶିଷ୍ଟାଂଶ ମଧ ମନରେ ରହିଥାଇପାରେ । ଏହାର କୁପ୍ରଭାବରେ ମହିଳାଙ୍କର ଧୈର୍ଯ୍ୟଚ୍ୟୁତି, ରାଗ, ଅସନ୍ତୋଷ ଏବଂ ଏପରିକି ଶିଶୁ ପ୍ରତି ଶାସ୍ତି ବିଧାନ ମଧ ପ୍ରକାଶ ପାଇପାରେ । କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାକୁ ଏ ଦିଗ ପ୍ରତି ସତର୍କ ଦୃଷ୍ଟି ଦେବାକୁ ହେବ । ନିଜର କର୍ତ୍ତୃପକ୍ଷଙ୍କ ପ୍ରତି ରାଗ କିମ୍ବା ନିଜର ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ପ୍ରତି ରାଗକୁ ପ୍ରକାଶ କରି ନ ପାରି ସେ ହୁଏତ ଶିଶୁ ଉପରେ ରାଗ ଦେଖାଇପାରନ୍ତି । ଏହା ଏକ ମାନବୀୟ ଦୁର୍ବଳତା । ସଚେତନଶୀଳ ଭାବରେ ମହିଳା ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରି ଏହା ଏଡ଼ାଇ ଦେଇପାରିବେ । ମୋଟ ଉପରେ ଶିଶୁ ସହିତ ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା ପ୍ରୀତିପଦ, ସୁଖପ୍ରଦ ଓ ଶିକ୍ଷଣୀୟ ହୋଇପାରିଲେ, ଅନୁପସ୍ଥିତିର କୁପ୍ରଭାବ ଏଡ଼ାଇ ଦିଆଯାଇପାରିବ ।

ଅନୁପସ୍ଥିତିକାଳୀନ ପରିବେଶ :

କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ପରିବାରରେ ଅନୁପସ୍ଥିତ୍ ଥିବା ସମୟରେ ଶିଶୁ କିପରି ପରିବେଶରେ ରହୁଛି, ତାହା ବେଶ୍ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଜଣକ କର୍ମସଂସ୍ଥାକୁ ଚାଲିଗଲାପରେ ଶିଶୁଟି ଦାୟିତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ ଜେଜେମା, ଜେଜେବାପା କିମ୍ବା ସେହିପରି ଦାୟିତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ

Digitized by srujanika@gmail.com

ତତ୍ତ୍ୱାବଧାନରେ ରହୁଥିଲେ କ୍ଷତିର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ । ମାଉସୀ, ପିଉସୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ବୟସ୍କମାନେ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁ ସହିତ ସ୍ନେହଶୀଳ ସମ୍ପର୍କ ରଖିପାରିବେ । ଏପରି ସାମାଜିକ ସମ୍ବଳର ପ୍ରାଚୁର୍ଯ୍ୟ ଥିଲେ ଶିଶୁ ବିକାଶରେ ବିଶେଷ ବାଧା ସୃଷ୍ଟିହେବ ନାହିଁ ।

ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ପରିବାରର ରୂପରେଖ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେଉଥିବାରୁ ବହୁ ସମୟରେ ଯତ୍ନକେନ୍ଦ୍ରରେ ଛାଡ଼ି ମା'ମାନେ କର୍ମସଂସ୍ଥାକୁ ଯାଉଛନ୍ତି । ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଯେ ଏପରିସବୁ କେନ୍ଦ୍ରମାନ ସୁପରିଚାଳିତ ହୋଇଥିବା ଆବଶ୍ୟକ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ, ଏହା ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଯେ ଏପରିସବୁ କେନ୍ଦ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟକରୁଥିବା ଯତ୍ନକାରୀମାନେ ଘନଘନ ବଦଳୁ ନଥିବେ । ପ୍ରତିଟି ଯତ୍ନକାରୀ ଅଳ୍ପସଂଖ୍ୟକ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ନେବେ ଏବଂ ସେ ଦୀର୍ଘଦିନ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଫଳରେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ ପ୍ରତିଟି ଶିଶୁର ସ୍ୱଭାବ, ଚାହିଦା ଏବଂ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତା ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୋଇପାରିବେ । ଏ ଦିଗଟି ବେଶ୍ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ ।

ପରିବାର ବାହାରେ ଶିଶୁପାଇଁ ଭାବପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକ ଛୋଟକାଟିଆ ପରିବାର ଯୋଗାଇବାର ସମ୍ଭାବନା ଏ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ମୁଖ୍ୟ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ । ଏପରି ଯତ୍ନ କେନ୍ଦ୍ରରେ କେବଳ ଯତ୍ନକାରୀ ସ୍ଥାୟୀ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେଲେ ସବୁ ସମସ୍ୟା ହେବନାହିଁ । ଏହି କେନ୍ଦ୍ର ସହିତ ଜନନୀର ମଧ୍ୟ ଏକ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଓ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ରହିବ । ଇଟାଲୀର ରେଗିଓ ନାମକ ସହରରେ ଶିଶୁମାନଙ୍କ ଉପରେ ଏ ଧରଣର ଗବେଷଣା କରାଯାଇଛି । ପ୍ରମାଣ କରାଯାଇଛି ଯେ ଜନନୀ ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ କର୍ମଜୀବୀ ହୋଇଥିଲେ ଉନ୍ନତମାନର ବିକଳ୍ପବ୍ୟବସ୍ଥା ଶିଶୁ ବିକାଶର ସହାୟକ ହେବ । ଉନ୍ନତ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ କର୍ମଜୀବୀ ହୋଇପଡୁଥିବାରୁ କେତେକ ବିକଳ୍ପ ପନ୍ଥାର ଆବଶ୍ୟକତା ଓ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀତା ଅନୁଧ୍ୟାନ କରାଯାଇଛି ।

ଆଲୋଚନାରୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ ଯେ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାମାନଙ୍କର ଶିଶୁବିକାଶ ସମ୍ପର୍କୀୟ କୌଣସି ସମସ୍ୟା ନାହିଁ । ମହିଳାଙ୍କ ଅନୁପସ୍ଥିତି ଓ ଭିନ୍ନ ଯତ୍ନକେନ୍ଦ୍ର ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ କିଛି ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରିବ । କିନ୍ତୁ କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳା ଶିଶୁଙ୍କ ଜନ୍ମକାଳୀନ ଓ ଶୈଶବକାଳୀନ ସ୍ପର୍ଶାନୁଭୂତି, ମିଶ୍ରିତ ଅନୁରାଗ, ତାର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପରେ ଆଗ୍ରହ ଓ ଆନ୍ତରିକତା ପ୍ରଦର୍ଶନ ଏବଂ ଅନୁପସ୍ଥିତି ସମୟରେ ଉନ୍ନତ ବିକଳ୍ପର ଉପଯୋଗ କରାଇ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିପାରିବେ । ଶିଶୁ ସହିତ ଏକାଠି ରହୁଥିବା ସମୟରେ ଗୁଣାତ୍ମକ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଦିଗରେ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହେବା ବେଶି ସହାୟକ ହେବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାନ ଓ ଶିଶୁ ଅବହେଳାକୁ ଏକାର୍ଥବୋଧକ ଭାବିନେବା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହେବନାହିଁ ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ଓ ନାରୀର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ

ବିଗତ ଦଶକମାନଙ୍କରୁ ପରିବାରର ରୂପରେଖ ଆଶାତୀତ ଭାବରେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହୋଇଛି। କେବଳ ଏକାନ୍ନବର୍ତ୍ତୀ ପରିବାରର ନୁହେଁ, ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ନାରୀ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ପୂର୍ବ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ ପେସାଗତ ବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କର କର୍ମସଂସ୍ଥାନ ସେମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ସହାୟକ, ଏପରି ପ୍ରମାଣ ଥିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ପରିବାର ଓ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଦାୟିତ୍ୱ-ନିର୍ବାହର ଜଟିଳତା ଆଲୋଚନାର ବିଷୟ ହୋଇଛି । ପରିବାରର କେତେକ ଦାୟିତ୍ୱ ଏବଂ ଶିଶୁର ଲାଳନପାଳନ ଦାୟିତ୍ୱ ମୁଖ୍ୟତଃ ନାରୀ ଗ୍ରହଣ କରିଥିବାରୁ ନାରୀର ମାନସିକ ସୁସ୍ଥତା ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ପ୍ରଶ୍ନ ରୂପ ନେଉଛି ।

ବିଶ୍ଳେଷଣ କଲେ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ପରିବାରରେ ଶିଶୁର ଲାଳନପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ ମା'ପାଇଁ ଅଧିକ । ଶିଶୁର ଖାଦ୍ୟପେୟର ବ୍ୟବସ୍ଥା, ଶିଶୁର ନିଦ୍ରା ଓ ଶିଶୁର କ୍ରୀଡ଼ା ପରିଚାଳନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମା'ଅଧିକ ସମୟ ଦିଏ । ଶିଶୁଟି ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ ମା'ର ଦାୟିତ୍ୱ ବହୁପରିମାଣରେ ବଢ଼ିଯାଏ । ଶିଶୁକୁ ନିରାପଦ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟବାନ ରଖିବା ପାଇଁ ମା'ଅଧିକ ଚିନ୍ତାଗ୍ରସ୍ତ ରୁହେ । ଏସବୁ ମାନସିକ ଚାପ ନାରୀର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ଦିଗରେ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ଶିଶୁପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ ଓ ନିଜର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଏହି ସମ୍ପର୍କର ଅନ୍ତରାଳରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉପାଦାନ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ । ତାହା ହେଉଛି ନିଜର ପରିବେଶ ଉପରେ ନାରୀର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସ । ନିଜର ବୃତ୍ତି ବା ଚାକିରୀ ସହିତ ଶିଶୁପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱଟି ମିଶିଗଲେ ନାରୀ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ସେ କ୍ରମଶଃ ପରିବେଶ ଉପରୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହରାଉଛି । ସେ ନିଜର ମନ ମୁତାବକ ପେସା ବା ଚାକିରୀ ଜୀବନର ବିକାଶରେ ବିଶେଷ ସକ୍ରିୟ ହୋଇପାରୁ ନାହିଁ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଶିଶୁଟିକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ଗଢ଼ି ତୋଳିବାରେ ମଧ୍ୟ ସଫଳତା ପାଉ ନାହିଁ । ଏପରି ଏକ ଅସହାୟବୋଧ ନାରୀକୁ କବଳିତ କରେ ।

ଅବଶ୍ୟ ଏପରି ମନୋଭାବ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧର ଅଭାବ । ଉଚ୍ଚ ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ରହିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଅଭିପ୍ରେରଣା (Motivation) ଖୁବ୍ ବେଶି ଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରଥମେ ଆତ୍ମବିଳୟ (Loss of self) ଏବଂ ଆତ୍ମପ୍ରକାଶ (Expression of self)ର କଥା ବିଚାର କରାଯାଉ । ସନ୍ତାନଟି ଜନ୍ମ ହେବା ପରେ ଏବଂ ସନ୍ତାନଟି ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା ସମୟରେ ନାରୀ ହୁଏତ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ତା'ନିଜତ୍ୱର ବିଳୟ ଘଟିଛି । ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦା ଖୁବ୍ ହ୍ରାସ ପାଇଛି । ସାଧାରଣ ପରିବେଶରେ ତାକୁ ତାଙ୍କ ନାମ ଧରି ଡାକିବା ବା ଚିହ୍ନାଇବା ବଦଳରେ ସେ ବର୍ତ୍ତମାନ ସନ୍ତାନର ମା (ଯଥା - ରବିବୋଉ ବା କୁନିର ମା') ହିସାବରେ ଅଧିକ ପରିଚିତ, ଏହା ତାଙ୍କ ଆତ୍ମସମ୍ମାନରେ ବାଧା ଦେଇପାରେ । କେବଳ ବାହ୍ୟ ଜଗତର କର୍ମକୁଶଳତା ନୁହେଁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନର ବହୁ ଚାହିଦା ସହିତ ସାଲିସ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଅସମୟରେ ଖାଇବା, ଠିକ୍ ରୂପେ ନ ଖାଇବା, ନିଦ୍ରାହୀନତା ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ବସ୍ତୁର ଉପଭୋଗ ନ କରିବାର ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇପାରେ । ଏସବୁ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସନ୍ତାନ ଲାଭ ଏକ ସଂକୋଚନପ୍ରବଣ ଜୀବନଧାରାର ଆଭାସ ଦେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଅନ୍ୟ ଦିଗଟି ରହିଛି । ମାତୃତ୍ୱ ଯୌବନରେ ପଦାର୍ପଣ କରିଥିବାର ସ୍ୱୀକୃତି ଦିଏ । ସନ୍ତାନ ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ଥିବା ସମୟରେ ନାରୀ ତା'ର ନିଜତ୍ୱ ହରାଇଥିବାର ଯେଉଁ ଆଦ୍ୟ ଅନୁଭବ ପାଇଥାଏ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେ ନୂତନ ଭୂମିକାର ଅଧିକାରୀ ହେବାର ଆସ୍ୱାଦନ ପାଏ । ପିଲାଟି ସ୍କୁଲକୁ ଯିବା ବୟସରେ ତା'ର ଖେଳ କୌତୁକ, କୈଶୋର ବୟସରେ ତାହାର ସଫଳତା ଇତ୍ୟାଦି ସହିତ ଜନନୀ ଜଡ଼ିତ ହୋଇପଡ଼େ । ସନ୍ତାନକୁ ସ୍ନେହ କରିବା, ବଞ୍ଚାଇ ରଖିବା ଏବଂ ବଡ଼ କରିବାର ସୃଜନାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟ ମାଧ୍ୟମରେ ନାରୀର 'ସ୍ରଷ୍ଟା' ଭୂମିକାଟି ସଂପ୍ରସାରିତ ହୋଇଉଠେ ।

ମାତୃତ୍ୱ ଅନୁଭବର ଦ୍ୱିତୀୟ ବିରୋଧାଭାସ ହେଉଛି କର୍ମଦକ୍ଷତା ଓ ଅସହାୟତା ମଧ୍ୟରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ସନ୍ତାନସନ୍ତତି ଆଶା ଅନୁଯାୟୀ ଉତ୍ତମ ଚରିତ୍ର ଏବଂ ସଫଳ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିଲେ ଜନନୀ ପ୍ରଶଂସିତ ହୁଅନ୍ତି । ସେ ଖୁବ୍ ଦକ୍ଷ ଏବଂ କର୍ମପ୍ରବଣ ବୋଲି ପ୍ରମାଣିତ ହୁଏ । ମାତ୍ର କୌଣସି କାରଣରୁ ପିଲାମାନେ ଖଳ ପ୍ରକୃତିର ହେଲେ ବେଶୀ ଦୋଷ ମା'କୁ ଦିଆଯାଏ । ଏକ ଅସହାୟ ମା'ର ବେଦନା ନେଇ ନାରୀ ବ୍ୟଥିତ ହୁଏ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଅନେକ ଭୁଲିଯାଆନ୍ତି ଯେ ପିଲାଟିକୁ ମଣିଷ କରିବାରେ ମା'ର ଦାୟିତ୍ୱ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମା' ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଏକ ଅଂଶ ମାତ୍ର । ଜଣକର ଭୂମିକା ଓ ଚରିତ୍ର, ବାହ୍ୟ ପରିବେଶର ପ୍ରଭାବ, ଶିକ୍ଷାନୁଷ୍ଠାନର ବାତାବରଣ ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ଉପାଦାନ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ କରେ । ନାରୀ ନିଜର ଭୂମିକାକୁ ନିଷ୍ଠାର ସହିତ ପାଳନ କରିଛି, ଏପରି ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଓ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ବଳୟରୁ ମୁକୁଳିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଅଧିକନ୍ତୁ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସହନଶୀଳ ବୁଝାମଣା ନାରୀର ମାନସିକ ଚାପ ହ୍ରାସ କରେ ।

ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭବ ସହିତ ଜଡ଼ିତ ଥିବା ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହେଉଛି ନିଃସଙ୍ଗତା ଓ ନୂତନ ଗୋଷ୍ଠୀର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ସନ୍ତାନଲାଭ ପରେ ନାରୀ ହୁଏତ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ସେ ତା'ର

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମବୟସୀ ବାନ୍ଧବୀମାନଙ୍କଠାରୁ ବିଚ୍ଛିନ୍ନ ହୋଇଯାଇଛି । ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭ କରି ନ ଥିବା ଏବଂ ଅବିବାହିତା ଥିବା ନାରୀମାନେ ତାଙ୍କୁ ବିଶେଷ ସଙ୍ଗସୁଖ ଦେଉନାହାନ୍ତି । ବେଳେବେଳେ ଟୀକା ଟିପ୍‌ପଣୀ ମଧ୍ୟ ଦେଉଛନ୍ତି । ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭ କରିଥିବା ନାରୀ ସେମାନଙ୍କ ସାମାଜିକ ବଳୟରୁ ଦୂରେଇ ଯାଉଛି । ପୂର୍ବର ହସଖୁସି ମଜାଗପ କରାଯାଉ ନାହିଁ । ଏପରି ସାମାଜିକ ନିର୍ବାସନ ନାରୀକୁ କଷ୍ଟ ଦିଏ । ମାତ୍ର ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ସେ ହୁଏତ ଭିନ୍ନ ଏକ ଗୋଷ୍ଠୀର ସକ୍ରିୟ ସଭ୍ୟଭୁକ୍ତ ହୁଏ । ସଦ୍ୟ ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭ କରିଥିବା ନାରୀମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ କରାଯାଏ । ଏହି ନୂତନ ସମ୍ପର୍କର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ କରି ସେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରେ ।

ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭବ ସହିତ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜ୍ଞାନ ଲାଭ ଏବଂ ସମାଧାନ କୌଶଳ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ବର୍ତ୍ତମାନ ମାତୃତ୍ୱଲାଭ ପରେ ଏହାର ସ୍ୱରୂପ ଭିନ୍ନ ହୁଏ । ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭବ ଥିବା ନାରୀମାନେ ଏକତ୍ରିତ ହେଲେ ସେମାନେ ପିଲାର ବିଭିନ୍ନ ସମସ୍ୟା ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତି । କିପରି ଖାଦ୍ୟ ଶିଶୁକୁ ସୁସ୍ଥ ସବଳ ରଖିବ, ସେ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା ହୁଏ । ଅସୁସ୍ଥତା ସମୟରେ କେଉଁ ଡାକ୍ତରଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନିଆହେବ, ସେ କଥା ପଡ଼େ । ଶିଶୁମାନେ କେମିତି ଖୁସି ରହିବେ, କେତେ ପରିମାଣରେ ଶୋଇବେ ଏବଂ କିପରି ପୋଷାକ ପିନ୍ଧିବା ଉଚିତ, ସେସବୁ ଚର୍ଚ୍ଚା ହୁଏ । ନାରୀର ନିଜସ୍ୱ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅଭିଜ୍ଞତା ନିଜ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନ ରହି ସେସବୁର ଆଦାନ ପ୍ରଦାନ ବଢ଼ିଚାଲେ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜ୍ଞାନର ପ୍ରାନ୍ତସୀମା ଛାଡ଼ି ସାମୂହିକ ଜ୍ଞାନର ଅନୁଭବ ଆସେ । ଦୁଇଟି ପ୍ରାପ୍ତବିନ୍ଦୁ ମଧ୍ୟରେ ସଂଯୋଗ ରକ୍ଷା କରି ନିଜକୁ ଖାପଖୁଆଇପାରୁଥିବା ନାରୀ ସ୍ୱାଭାବିକ ଜୀବନ ଯାତ୍ରାର ଆନନ୍ଦ ଉପଲବ୍ଧି କରେ ।

ପରିଶେଷରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ସନ୍ତାନ ଲାଭ ପରେ କୌଣସି କୌଣସି ନାରୀ ସ୍ୱାମୀଙ୍କଠାରୁ କମ୍ ମାତ୍ରାର ପ୍ରେମ ପାଉଥିବାର ଅନୁଭବ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ କୌଣସି କୌଣସି ନାରୀ ପତିପତ୍ନୀର ସଂଯୋଗ ଦୃଢ଼ ହୋଇଥିବାର ଅନୁଭବ ପାଆନ୍ତି । ମୋଟ ଉପରେ ମାତୃତ୍ୱର ଅନୁଭୂତି ଏକ ସହଜ ଏବଂ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉପଲବ୍ଧିର ପ୍ରକ୍ରିୟା ନୁହେଁ । ଏଥିରେ ସମସ୍ୟା ଓ ସମ୍ଭାବନା ଯେପରି ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ, ହର୍ଷବିଷାଦ ମଧ୍ୟ ସେପରି ସଂଯୋଜିତ । ସୁତରାଂ ଏକ ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ବିରୁଦ୍ଧ ଶକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ ଆଣିପାରିଲେ ନାରୀର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ବିକାଶ ଓ ପାରିବାରିକ ଶାନ୍ତିର ସହାବସ୍ଥାନ ସମ୍ଭବ ହୋଇପାରିବ ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମ୍ପର୍କର ସମ୍ବଳ

ସମ୍ପର୍କର ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଓ ବିସ୍ତାର ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ମାନବିକ ସମ୍ବଳ । ମନୁଷ୍ୟର ଏକାକୀତ୍ୱ ଯେପରି ତା'ର ସୁରକ୍ଷାଭାବକୁ ବିପନ୍ନ କରେ ତା'ର ସଙ୍ଗସୁଖ ଆନନ୍ଦାନୁଭୂତିକୁ ସେପରି ବୃଦ୍ଧି କରେ । ଯୁଗଯୁଗ ଧରି ମନୁଷ୍ୟ ସଙ୍ଗସୁଖର କାମନା କରିଆସୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ଏପରି କାମନା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ବଳବତୀ । ବାଲ୍ୟଠାରୁ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନାରୀମାନେ ଏପରି ସାମାଜିକ ସାହଚର୍ଯ୍ୟ କାମନା କରନ୍ତି । ବସ୍ତୁତଃ ସମ୍ପର୍କକୁ କେନ୍ଦ୍ର କରି ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମ-ପ୍ରତ୍ୟୟ (Self-concept) ରୂପ ନେଇଥାଏ ।

ସଙ୍ଗସୁଖ କାମନାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିବା । ଏକାକୀ ରହିବା ଅପେକ୍ଷା ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ସମୟ କାଟିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିବା । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଦୀର୍ଘତର ସମୟ ପାଇଁ କଥାବାର୍ତ୍ତା ଓ ଆଳାପ ଆଲୋଚନାରେ ସମୟ କଟାଇବା, ବନ୍ଧୁବାନ୍ଧବୀଙ୍କ ଘରକୁ ଅଧିକ ଥର ବୁଲିଯିବାର ଅଭ୍ୟାସ, ମୋଟ୍‌ଉପରେ ପାରସ୍ପରିକ ଭାବର ଆଦାନପ୍ରଦାନ ମାଧ୍ୟମରେ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦାନୁଭୂତି ଏ ଧରଣର ଅଭୀପ୍ସାକୁ ପ୍ରକଟନ କରିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦେଖିଲେ ସମ୍ପର୍କମୁଖୀ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ କେବଳ ବାହ୍ୟ ଆଚରଣ (କଥାବାର୍ତ୍ତା, ବୁଲିଯିବା) ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରବଣ ନୁହେଁ, ଏମାନଙ୍କର ଚିନ୍ତା, କଥା ଓ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକ ସାମାଜିକତା ପ୍ରତିଫଳିତ ।

ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରେମୀ । ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଉପସ୍ଥିତିରେ ଏବଂ ସାମାଜିକ ସମାବେଶରେ ଅଧିକ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏକାକୀ ରହିବା ଅପେକ୍ଷା ଅନ୍ୟ ମେଳରେ ରହିବା ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ସାମାଜିକ ସ୍ତରରେ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ କଥାବାର୍ତ୍ତା କରିବାରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଏମାନେ ଅଧିକ ଦକ୍ଷ । ପୁଣି କଥାବାର୍ତ୍ତାରେ ସାମାଜିକ ଦିଗ ସବୁ (ଯଥା – ପରିବାରର କଥା, ପୁତ୍ର କନ୍ୟାଙ୍କ କଥା, ସାମାଜିକ ଉତ୍ସବ ଇତ୍ୟାଦି) ଅଧିକ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ ।

ସାମାଜିକତା ଓ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ହେଉଛି ଆତ୍ମ-ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Self-disclosure) । ଏଠାରେ ନିଜର ବଡ଼ାଇ କରି ଅନର୍ଗଳ ଭାଷଣ ଦେବା କଥା କୁହାଯାଉ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚିନ୍ତା, ଅନୁଭବ ଓ ଆଶା ଆକାଂକ୍ଷା ପ୍ରକାଶ କଲାବେଳେ କେତେକ କୁଣ୍ଠାବୋଧ କରିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟମାନେ ସ୍ୱଚ୍ଛନ୍ଦରେ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାଧାରଣତଃ ନାରୀମାନଙ୍କର ଏପରି ଆତ୍ମ-ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ । ନିଜ ମନର କଥା କହିବା ଫଳରେ ସେମାନେ ସାମାଜିକ ଦୂରତ୍ୱ କମାଇ ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ ଆତ୍ମୀୟତା ଗଢ଼ିତୋଳନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ନିଜର ସ୍ୱାମୀ କିମ୍ବା ପରିବାରର ସମ୍ପର୍କୀୟଙ୍କ ବ୍ୟତୀତ ନାରୀ ନାରୀ ପାଖରେହିଁ ଅଧିକ ଖୋଲାଖୋଲି ଭାବରେ ନିଜର କଥା କୁହନ୍ତି । ନାରୀର ଏପରି ଆତ୍ମ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ତା'ର ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣତାକୁ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ କରେ ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ସମ୍ପର୍କଶୀଳତା ସେମାନଙ୍କର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ଅନୁଭୂତିକୁ ରୂପ ଦିଏ । ସାମାଜିକ ପରିବେଶରେ କଟିଥିବା ମୁହୂର୍ତ୍ତଗୁଡ଼ିକୁ ସେମାନେ ଅଧିକ ମନେରଖନ୍ତି । ସଙ୍ଗସୁଖକୁ ଅଧିକ ଉପଭୋଗ କରନ୍ତି ଏବଂ ଏହା ସେମାନଙ୍କୁ ଖୁସି ମିଜାଜରେ ରହିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ଅନ୍ୟଦ୍ୱାରା ଉପେକ୍ଷିତ ହେବାର ଭୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କର କମ୍ । ଫଳରେ ଅନ୍ୟ ସହ ବିଶେଷତଃ ଅନ୍ୟ ନାରୀ ସହ କଥାବାର୍ତ୍ତା ଆରମ୍ଭ କରିବା, କଥାବାର୍ତ୍ତା ଚାଲୁରଖିବା ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉଠାଇବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନଙ୍କର କମ୍ ଦ୍ୱିଧା ଥାଏ । ଏପରି ମନୋଭାବ ସମ୍ପର୍କକୁ ଦୃଢ଼ ଓ ଗଭୀର କରେ ।

ସମ୍ପର୍କଶୀଳତାର ଅନ୍ୟତମ ସୂଚକ ହେଉଛି ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା । ବାଳିକା ଓ ନାରୀମାନେ ବନ୍ଧୁତ୍ୱକୁ ଅଧିକ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ମନେ କରୁଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ସାଙ୍ଗସାଥୀ ସଂଖ୍ୟା କ୍ରମଶଃ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିପାଏ । ନାରୀମାନଙ୍କର ବନ୍ଧୁତ୍ୱର ବଳୟ କେବଳ ପ୍ରସାରିତ ନୁହେଁ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଗଭୀର । ପାରସ୍ପରିକ ସାହାଯ୍ୟ ଓ ସାହଚର୍ଯ୍ୟର ସମ୍ବଳରେ ଏହା ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ।

ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ କାହିଁକି ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣ, ଏ ଦିଗରେ ଅନୁଶୀଳନ ହୋଇଛି । ପ୍ରଥମତଃ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅନ୍ୟସବୁ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ପରି ଏଇଟି ମଧ୍ୟ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ । ପ୍ରାୟ ପ୍ରତି ସମାଜରେ ନାରୀକୁ ସ୍ନେହଶୀଳା ମମତାମୟୀ ନାରୀରୂପେ ଚିତ୍ରଣ କରାଯାଇଛି । ଆମର ପୁରାଣ ଶାସ୍ତ୍ରରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ତ୍ୟାଗ ଗାଥା ବିସ୍ତୃତ ଭାବରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ ହୋଇଛି । ସାମାଜିକ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଫଳରେ ଅଳ୍ପ ବୟସରୁ ବାଳିକା ନିଜତ୍ୱ ଅପେକ୍ଷା ସଂଘତ୍ୱକୁ ଅଧିକ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଇଥାଏ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ନାରୀର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଓ କୁଶଳତା ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ସଂଶ୍ଳେଷଣଧର୍ମୀ (Global) । ବାହ୍ୟ ପରିବେଶ ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରି ନାରୀ ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ କରିଥାଏ । ତାହାର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭବ ସମୟରେ ବାହ୍ୟ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନିଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀ ବାହ୍ୟିକ କ୍ଷେତ୍ର (Field) ଦ୍ୱାରା ବିଶେଷ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ସେ ବିଶେଷ ଭାବରେ କ୍ଷେତ୍ରଯୁକ୍ତ (Field dependent) । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷର କୁଶଳତା ଓ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ (Analytical) । ସେ ବାହାରର କ୍ଷେତ୍ର (Field) ଦ୍ୱାରା ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ ଏବଂ ନିଜର ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ମାନଦଣ୍ଡ ଦ୍ୱାରା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପୁରୁଷ କ୍ଷେତ୍ରମୁକ୍ତ (Field-Independent) । ଅଧିକ ସଂଯୋଗଶୀଳତା (Connectedness) ଫଳରେ ନାରୀ ବେଶୀ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣ। ହେବା ଆବଶ୍ୟକ ।

ତୃତୀୟରେ, ନାରୀମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କଶୀଳତାକୁ କେହି କେହି ବିଶେଷଜ୍ଞ ମସ୍ତିଷ୍କଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଭିତ୍ତିରେ ବୁଝାଇବାକୁ ଉଦ୍ୟମ କରିଛନ୍ତି । ଏହା ସ୍ୱୀକୃତ ଯେ ମନୁଷ୍ୟର ମସ୍ତିଷ୍କ ଗୋଟିଏ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏହାର ଦୁଇଟି ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରେ । ବାମ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧଟି ବହୁ ଅଂଶରେ ଭାଷା ଓ ଯୁକ୍ତି ବିଚାରର କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ସ୍ଥଳେ ଦକ୍ଷିଣ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧଟି ଢାଞ୍ଚା ସବୁ (Patterns)ର ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଏବଂ ଭାବାବେଗ (Emotion)ର କାର୍ଯ୍ୟକରେ । କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ମତରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବାମ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧ (Left-hemisphere) ଦକ୍ଷିଣ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧ ତୁଳନାରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଦକ୍ଷିଣ ଗୋଲାର୍ଦ୍ଧ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ । ଦକ୍ଷିଣ ମସ୍ତିଷ୍କର ଏପରି ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଆବେଗଧର୍ମୀ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣ ମଧ କରିଥାଏ ।

ଆଲୋଚିତ କାରଣଗୁଡ଼ିକ ପରସ୍ପରର ବିରୋଧୀ ନୁହଁନ୍ତି । ବରଂ ସେଗୁଡ଼ିକର ସମ୍ମିଳିତ କାର୍ଯ୍ୟକାରିତା ନାରୀମାନଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ-ସମ୍ବଳର ବିକାଶ ଦିଗରେ ବିଶେଷ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାର ଅନ୍ୟ କେତୋଟି ଦିଗ

ନାରୀ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ସମସ୍ତ ସମ୍ଭାବନାକୁ ସାକାର ରୂପ ଦେବାକୁ ହେଲେ ନାରୀର ଦୁର୍ବଳତା ଓ ସବଳତା ଉଭୟେ ବିଚାର କରିବାକୁ ହେବ । ସବଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହେଲେ ନାରୀ ମନରେ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ବୃଦ୍ଧି ପାଇବ । ଦୁର୍ବଳତା ଓ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ଜାଣିବା ପରେ ଏଗୁଡ଼ିକର ସଂଶୋଧନ ଲାଗି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇପାରିବ ।

ଆମର ସମନ୍ୱୟଶୀଳତା (Coping or adjustment)କୁ ଗଭୀର ଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ନିୟନ୍ତ୍ରଣ-ବିଶ୍ୱାସ (Control-Belief) । ଏହାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଦୁଇ ଶ୍ରେଣୀରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରଥମ ଶ୍ରେଣୀର ଲୋକଙ୍କୁ ଅନ୍ତଃନିୟନ୍ତ୍ରଣମୁଖୀ କିମ୍ବା ସଂକ୍ଷେପରେ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ କୁହାଯାଇପାରେ । ଏମାନେ ବିଶ୍ୱାସତ କରନ୍ତି ଯେ ବାହ୍ୟ ଜଗତରେ ଘଟୁଥିବା ପରିବର୍ତ୍ତନ ମୂଳରେ ସେମାନଙ୍କର ଭୂମିକା, ଉଦ୍ୟମ ବା ସେହିପରି କିଛି କାରଣ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଛି । ଏମାନେ ସଫଳ ହେବା ସମୟରେ ନିଜର ପରିଶ୍ରମଶୀଳତାକୁ ଦାୟୀ କରନ୍ତି । ବିଫଳ ହେବା ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ନିଜ ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବ ବା କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତାର ଅଭାବକୁ ଦାୟୀ କରନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଅନ୍ୟ ଧରଣର ଲୋକମାନେ ହେଉଛନ୍ତି, ବହିଃ-ନିୟନ୍ତ୍ରଣମୁଖୀ ବା ସଂକ୍ଷେପରେ ବହିର୍ମୁଖୀ । ଏମାନେ ଘଟଣାର କାରଣ ସବୁ ଆକସ୍ମିକ ଏବଂ ବାହ୍ୟିକ ବୋଲି ବିଚାର କରନ୍ତି । ସଫଳତା ମିଳିଲେ ଭାଗ୍ୟକୁ ପ୍ରଶଂସା କରନ୍ତି । ବିଫଳ ହେଲେ ଭାଗ୍ୟକୁ ନିନ୍ଦା କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟର ଦୟା, ଆକସ୍ମିକ ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ଭାଗ୍ୟର ଭୂମିକାକୁ ଫଳାଫଳର କାରଣ ରୂପେ ବିଚାର କରନ୍ତି ।

ଏହା ସହଜରେ ଅନୁମେୟ ଯେ ବହିର୍ମୁଖୀ (External) ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅନେକ ସମୟରେ ଅସହାୟବୋଧର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି । କୌଣସି ଫଳାଫଳ ଉପରେ ସେମାନଙ୍କର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରହୁନାହିଁ ଏବଂ ବାହ୍ୟ ଅବସ୍ଥା ସେମାନଙ୍କୁ କ୍ରୀଡ଼ନକ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରୁଛି, ଏପରି ଭାବନା ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ନିଷ୍କ୍ରିୟତା ଆଣେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ (Internal) ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ ଲୋକେ ସଫଳତା ସମୟରେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ବିଫଳତା ସମୟରେ ନିଜକୁ ଦାୟୀ କରି ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ଉଦ୍ୟମ ବୃଦ୍ଧି କରନ୍ତି କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟକୌଶଳର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟାନ୍ତି । ମୋଟ ଉପରେ ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାରେ ଅଧିକ ସହାୟକ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଭାରତ ବାହାରେ ଏବଂ ଭାରତବର୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ବହିର୍ମୁଖୀ ହେବାର ଦେଖାଯାଏ । ଘଟଣାର ଫଳାଫଳକୁ ଏମାନେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିପାରିବେ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସବୋଧର ମାତ୍ରା କମ୍ ଥାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଏମାନେ ଅଧିକ ଭାଗ୍ୟବାଦୀ । ଫଳତଃ ନିଷ୍କ୍ରିୟତା ଓ ଅସହାୟତା ଏମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ କବଳିତ କରେ । ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେବାର ଏହା ମଧ୍ୟ ଏକ କାରଣ ।

ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ଅନ୍ୟ ଦିଗଟି ହେଉଛି ଉଦ୍‌ବେଗ (Anxiety) । କେତେକ ସମାଜରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସମାନ ପରିମାଣର ଉଦ୍‌ବେଗ ଦର୍ଶାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ କେତେକ ସମାଜରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ପୁଣି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗର ଶିକାର ହୁଅନ୍ତି । ଶିଶୁପାଳନ ଓ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ ଧୀରେ ଧୀରେ ଆକର୍ଷଣଶୀଳତା ହରାଇ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶରେ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ପ୍ରତି ପ୍ରଲୋଭନ ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବାରୁ, ଦ୍ୱୈତ ଭୂମିକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଉଦ୍‌ବେଗ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ଏପରିକି ଭାରତ ପରି ବିକାଶମୁଖୀ ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପୂର୍ବାପେକ୍ଷା ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି । ଜନନୀର ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକା ଏବଂ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ଆଦର୍ଶଗତ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱକୁ ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ ସମାଧାନ କରାଯାଇ ନାହିଁ । ଦୁଇ ରାସ୍ତାର ମଝିରେ ଠିଆ ହୋଇ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ଏହି ଭୂମିକା ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ (Role conflicts) ଯୋଗୁ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ବିବାହିତା ମହିଳାମାନେ ଅବିବାହିତା ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ଉତ୍‌କଣ୍ଠା (Anxiety) ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି ।

ପରମ୍ପରାଗତ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଗୋଟିଏ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା (ଶିଶୁପାଳନ ଓ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ)ରେ ଦୃଷ୍ଟି ନିବଦ୍ଧ ରଖୁଥିବାରୁ ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ସେମାନଙ୍କର କମ୍ । ଅବଶ୍ୟ ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ବିଶ୍ୱରେ ନୂତନ ସମ୍ଭାବନା ଓ ନୂତନ ଭୂମିକା ବଳୟରୁ ନାରୀକୁ ଅଲଗା ରଖାଯାଇ ତା'ର ମାନସିକ ସ୍ଥିରତା ଅତୁଟ ରଖାଯିବ । ମାତ୍ର ଏକାଧିକ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିବା ସତ୍ତ୍ୱେ ନାରୀ ଯେପରି ଏକାଧିକ ଭୂମିକାକୁ ନିଜ ଜୀବନରେ ସମନ୍ୱିତ କରିପାରିବ, ତାହାର ବିଶେଷ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ଆବଶ୍ୟକ । ଏକାଧିକ ଭୂମିକାର ସଂହତି ସମ୍ଭବପର ହୋଇଥିବାରୁ ନାରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଦ୍‌ବେଗର ପରିଚାଳନା ମଧ୍ୟ ସମ୍ଭବ ।

ଅନେକ ସମୟରେ ଅବାସ୍ତବ ଅଭିଳାଷ ଉଦ୍‌ବେଗ ସୃଷ୍ଟିର କାରଣ ହୁଏ । ନୃତତ୍ତ୍ୱବିଦ୍‌ମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ କାନଡ଼ାର ଉତ୍ତରପ୍ରାନ୍ତରେ ରହୁଥିବା ଏସ୍କିମୋ ମହିଳାମାନଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗର ପରିମାଣ ମାତ୍ରାଧିକ । ଏହାର କାରଣ ଅନୁସନ୍ଧାନ କରି ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଏବେ ଏସ୍କିମୋମାନେ ବୈଷୟିକ ପ୍ରଗତି ଫଳରେ ଦୂରଦର୍ଶନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦେଖିବାର ସୁଯୋଗ ପାଉଛନ୍ତି । ଏପରି ସୁଯୋଗ ପାଇ ଏସ୍କିମୋ ମହିଳାମାନେ ଶ୍ୱେତାଙ୍ଗୀ ମହିଳାମାନଙ୍କର ଜୀବନଧାରା ପ୍ରତି ଆକୃଷ୍ଟ ହେଉଛନ୍ତି । ଅଥଚ ବାହାର ଶ୍ୱେତ ସମ୍ପ୍ରଦାୟ ସହିତ ଯୋଗାଯୋଗ ଏବଂ ଭାବଗତ ବିନିମୟ ଏବେ ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ ସୀମିତ । ଅଭିଳାଷ ପୋଷଣ କରିବା ଏବଂ ତାହାର ପରିପୂରଣ ପାଇଁ କୌଣସି ରାସ୍ତା ନ ପାଇବା ଫଳରେ ଏସ୍କିମୋ ମହିଳାମାନେ ମାତ୍ରାଧିକ ଉଦ୍‌ବେଗର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି ।

ପରିଶେଷରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ସମ୍ଭାବନାକୁ ସାକାର ରୂପ ଦେବା ପାଇଁ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ବିଶ୍ୱାସ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଘଟଣାର ପରିଣତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜର ଉଦ୍ୟମଶୀଳତା ଓ ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ଏବଂ ରଣନୀତିର ଅନୁଶୀଳନ କରିବାକୁ ହେବ । ସେହିପରି ଆଧୁନିକ ଜଗତରେ ଏକାଧିକ ଭୂମିକା (Roles) ଗ୍ରହଣ ସମୟୋଚିତ ହୋଇଥିବାରୁ, ଭୂମିକାସବୁକୁ ପରସ୍ପର ବିରୋଧୀ ବିଚାର ନ କରି ସେଗୁଡ଼ିକର ସହାବସ୍ଥାନ ଦିଗରେ ପ୍ରଯତ୍ନଶୀଳ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ନିର୍ଦ୍ଦେଶ : *ତଳେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ସାଧାରଣ ମତ ଦିଆଯାଇଛି । ଆପଣ ଏହା ଭିତରୁ ଯାହା ସହିତ ଏକମତ, ତାହା ସ୍ଥିରକରି ପୃଥକ ଏକ କାଗଜରେ ଲେଖି ରଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ବକ୍ତବ୍ୟ ମନ ଦେଇ ପଢ଼ନ୍ତୁ । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହୁଏତ ଗୋଟିଏ ବକ୍ତବ୍ୟ ସାଙ୍ଗରେ ଆପଣ ପୂରା ଏକମତ ନ ହୋଇପାରନ୍ତି । ସେପରି ସ୍ଥଳରେ ଦୁଇଟି ମତରୁ ଯେଉଁଟି ଆପଣଙ୍କ ବେଶୀ ମନକୁ ପାଉଛି, ତାହା ସ୍ଥିରକରି ଲେଖନ୍ତୁ । ମନେରଖନ୍ତୁ ଯେକୌଣସି ଉତ୍ତର ଠିକ୍ କି ଭୁଲ ନୁହେଁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉତ୍ତର ବୋଲିହିଁ ଜାଣିବେ ।*

୧. (କ) ବାପା ମା'ମାନେ ଆଜିକାଲି ଅତିରିକ୍ତ ଶାସନ କରୁଥିବା ଯୋଗୁଁ ପିଲାମାନେ ବଗୁଲିଆ ହୋଇଯାଉଛନ୍ତି ।
(ଖ) ଯାହା କଲେ ବି ପିଲାମାନେ ବଗୁଲିଆ ହେବେ ।

୨. (କ) ମଣିଷର ଭାଗ୍ୟ ଖରାପ ହେଲେ ସେ ନାନା ପ୍ରକାର ଅସୁବିଧାରେ ପଡ଼େ ।
(ଖ) ମଣିଷ ନିଜର ଭୁଲ୍ କାମ ଯୋଗୁଁ ଦୁଃଖ ଭୋଗ କରେ ।

୩. (କ) ପୃଥିବୀରେ ସବୁବେଳେ ଯୁଦ୍ଧ ଲାଗିରହୁଥିବାର ପ୍ରଧାନ କାରଣ ହେଲା ଯେ, ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ସକ୍ରିୟ ରାଜନୀତିରେ ଭାଗ ନେବାକୁ ଚାହୁଁନାହାନ୍ତି ।
(ଖ) ଲୋକେ ଯୁଦ୍ଧ ବନ୍ଦ କରିବାକୁ ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ସୁଦ୍ଧା ପୃଥିବୀରେ ସବୁବେଳେ ଯୁଦ୍ଧ ଲାଗି ରହିବ ।

୪. (କ) ମଣିଷ ଦିନେ ନା ଦିନେ ଜୀବନରେ ନିଜର ଯୋଗ୍ୟ ସମ୍ମାନ ହାସଲ କରିଥାଏ ।
(ଖ) ମଣିଷ ଯେତେ ଚେଷ୍ଟା କଲେ ମଧ୍ୟ ଏ ଦୁନିଆରେ ନିଜ ଯୋଗ୍ୟତାର ପୁରସ୍କାର କେବେ ପାଏ ନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୫. (କ) ଶିକ୍ଷକମାନେ ପରୀକ୍ଷାରେ ନମ୍ବର ଦେବା ବିଷୟରେ ଛାତ୍ରମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ପାତରଅନ୍ତର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି କହିବାଟା – ନିହାତି ବାଜେକଥା ।

(ଖ) ଅଧିକାଂଶ ଛାତ୍ରଙ୍କର ଧାରଣା ନାହିଁ ଯେ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ ନମ୍ବର ରଖିବା ଆଜିକାଲି ପାଠପଢ଼ା ଛଡ଼ା ଅନ୍ୟ ବହୁ କାରଣ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

୬. (କ) ଜଣେ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ନେତା ହୋଇ ଉପରକୁ ଉଠିବାଟା ବହୁ ପରିମାଣରେ ନିଜର ଭାଗ୍ୟ ଓ ଘଟଣାର ଯୋଗାଯୋଗ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

(ଖ) ନିଜ ଜୀବନରେ ଆସିଥିବା ସୁଯୋଗକୁ ହାତରେ ପାଇ ମଧ୍ୟ ଅବହେଳା କରିଥିବାରୁ ବହୁ ଯୋଗ୍ୟଲୋକ ଉପରକୁ ଉଠିପାରି ନାହାନ୍ତି ।

୭. (କ) ତୁମେ ଯେତେ ଯାହା କଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ଲୋକ ତୁମକୁ କେବେ ହେଁ ଭଲ କହିବେ ନାହିଁ ।

(ଖ) ଯେଉଁମାନେ କେବେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସାଙ୍ଗେ ମିଳିମିଶି ଚଳିବାକୁ ଶିଖିନାହାନ୍ତି, ସେମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ଲୋକଙ୍କର ପ୍ରିୟପାତ୍ର ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।

୮. (କ) ଯାହାର ଯେଉଁ ବଂଶରେ ଜନ୍ମ, ବଡ଼ ହେଲେ ତାହାର ସ୍ୱଭାବ ଚରିତ୍ର ସେଇ ଅନୁସାରେ ଗଢ଼ିଉଠେ ।

(ଖ) ମଣିଷ ଜୀବନରେ ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ଅଭିଜ୍ଞତା ଭିତର ଦେଇ ଗତି କରେ ସେହି ଅନୁସାରେ ତାହାର ସ୍ୱଭାବ ଚରିତ୍ର ଗଢ଼ି ଉଠେ ।

୯. (କ) ମୋର ନିଜ ଅନୁଭୂତିରୁ ମୁଁ ଜାଣେ ଯେ, ମଣିଷ ଯେତେ ଯାହା କଲେ ମଧ୍ୟ କପାଳରେ ଯାହା ଲେଖାଅଛି, ତା'କୁ ସେ ବଦଳେଇ ପାରିବ ନାହିଁ ।

(ଖ) ଭାଗ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ବସି ରହିବା ଅପେକ୍ଷା ନିଜେ ଉଦ୍ୟୋଗୀ ହୋଇ ଭାବିଚିନ୍ତି କାମ କଲେ ମଣିଷ ସଫଳତା ଅର୍ଜନ କରେ ।

୧୦. (କ) ଯେଉଁ ପିଲା ମନ ଦେଇ ପାଠ ପଢ଼ି ପରୀକ୍ଷା ଲାଗି ପ୍ରସ୍ତୁତ ହୋଇଛି ତା ପାଇଁ ସବୁ ପରୀକ୍ଷା ସମାନ ।

(ଖ) ଯେତେ ମନ ଦେଇ ପଢ଼ିଲେ କ'ଣ ହବ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଇଆଡୁ ସିଆଡୁ ଏତେ ପ୍ରଶ୍ନ ଆସେ ଯେ, ପାଠ ଭଲ କରି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାରେ ଲାଭ ନାହିଁ ।

୧୧. (କ) ଉଦ୍ୟୋଗୀ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ମୀ ମିଳନ୍ତି – ଭାଗ୍ୟରେ ଥିଲେ 'ଧନ ସମ୍ମାନ' ମିଳେ, ଏକଥା ଅଳସୁଆ ଲୋକମାନେ ହିଁ କେବଳ କହିଥାଆନ୍ତି ।

(ଖ) ଯୋଗ ଥିଲେ ମଣିଷ ଜୀବନରେ ବଡ଼ ହୁଏ; ନିଜର ବିଦ୍ୟା, ଜ୍ଞାନ ବା ପରିଶ୍ରମ ଏସବୁ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରକୃତରେ କିଛି ହୁଏନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୨. (କ) ଯଦି ଜଣେ ପ୍ରକୃତରେ ଇଚ୍ଛା କରେ, ସେ ସାଧାରଣ ଲୋକଟିଏ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସରକାରୀ ଶାସନ ନୀତିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିପାରେ ।

(ଖ) କ୍ଷମତାରେ ଥିବା ଅଳ୍ପ କେତେକ ଲୋକଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପୃଥିବୀ ଶାସିତ ହେଉଛି, ସେଠି ଶାସନ ନୀତିକୁ ବଦଳେଇବା ପାଇଁ ସାଧାରଣ ଲୋକଟିଏ ବା କ'ଣ କରିପାରେ ?

୧୩. (କ) ମୁଁ ଏଯାକେ ଯେତେ ଯୋଜନା କରିଛି, ଅଧିକାଂଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେ ସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେଉଛି ।

(ଖ) ଭବିଷ୍ୟତରେ କ'ଣ ହବ, ସେଥିପାଇଁ ଆଜିଠାରୁ ଯୋଜନା କରି କିଛି ଲାଭ ନାହିଁ କାରଣ ଲୋକର ଭଲ ମନ୍ଦ ସବୁ ଭାଗ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ।

୧୪. (କ) କେତେକ ଲୋକଙ୍କଠାରେ ତୁମେ ଯେତେ ଖୋଜିଲେ ମଧ୍ୟ କାଣ୍ଟିଏ ଭଲପଣିଆ ପାଇବ ନାହିଁ ।

(ଖ) ପ୍ରତ୍ୟେକ ଲୋକଠାରେ କିଛି ନା କିଛି ଭଲ ଗୁଣ ଅଛି ।

୧୫. (କ) ମୋ ଜୀବନରେ ମୁଁ ଯାହା ପାଇଛି, ସେ ସବୁ ମୋର ନିଜ ଚେଷ୍ଟାରୁ ହିଁ ହୋଇଛି, ଭାଗ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ମୋର କିଛି ହେଉନାହିଁ ।

(ଖ) ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ବିଶେଷ ନ ଭାବି ମୁଁ କାମ କରିଯାଏ, କାରଣ ଭାଗ୍ୟ ମଣିଷକୁ ଯେଉଁଆଡ଼େ ଟାଣିବ, ମଣିଷ ସେଇ ଆଡ଼କୁ ଯିବ ।

୧୬. (କ) ଚାକିରିରେ ଉପରକୁ ଉଠିବାଟା ନିଜର ଯୋଗ୍ୟତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେନାହିଁ, ସେ ସବୁ ଦୈବଯୋଗ ଅନୁସାରେ ହୁଏ ।

(ଖ) ଜୀବନରେ ସଫଳତା ଅର୍ଜନ କରିବା ନିଜର ଯୋଗ୍ୟତା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ, ଭାଗ୍ୟ ସାଙ୍ଗରେ ଏହାର କିଛି ସମ୍ବନ୍ଧ ନାହିଁ ।

୧୭. (କ) ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ସମସ୍ତେ ଏକ ଅଜ୍ଞାତ ଶକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଉଛୁ, ଏହାକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବା ବା ବୁଝିବା ଆମ କ୍ଷମତାର ବାହାରେ ।

(ଖ) ଯଦି ରାଜନୈତିକ ଓ ସାମାଜିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ସକ୍ରିୟ ହୁଅନ୍ତି, ତେବେ ସେମାନେ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ଘଟଣାବଳୀକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରିବାକୁ ସକ୍ଷମ ହେବେ ।

୧୮. (କ) ଅଧିକାଂଶ ଲୋକଙ୍କର ଧାରଣା ନାହିଁ ଯେ, ସେମାନଙ୍କର ଜୀବନ ବହୁ ପରିମାଣରେ ଆକସ୍ମିକ ଘଟଣା ଦ୍ୱାରା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଉଥାଏ ।

(ଖ) ଭାଗ୍ୟ ବୋଲି କୌଣସି ଜିନିଷ ନାହିଁ ।

୧୯. (କ) ନିଜର ଦୋଷ ବା ଭୁଲ ଥିଲେ ମାନିଯିବା ଭଲ ।

(ଖ) ଜୀବନରେ ନିଜର ଭୁଲକୁ ଘୋଡ଼େଇ ରଖି କାମ କରି ଜାଣିବା ଦରକାର ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୨୦.(କ) ତୁମକୁ ଲୋକମାନେ ପ୍ରକୃତରେ ଭଲ ଆଖିରେ ଦେଖନ୍ତି କି ନାହିଁ ଏକଥା ଜାଣିବା ଭାରି କଷ୍ଟ ।

(ଖ) ତୁମେ ନିଜେ ଯେତିକି ଭଲ ହେବ, ତୁମକୁ ସେତେ ଭଲ ସାଙ୍ଗ ମିଳିବେ ।

୨୧.(କ) ସବୁ ଏକାଠି କରି ଦେଖିଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ, ଜୀବନରେ ଯେତିକି ଖରାପ ଘଟଣା ଘଟିଥାଏ, ପ୍ରାୟ ସେତିକି ଭଲ ଘଟଣା ମଧ୍ୟ ଘଟିଥାଏ ।

(ଖ) ନିଜର ମୂର୍ଖତା, ଅଳସୁଆପଣିଆ ଓ ଅଯୋଗ୍ୟତା ଏଇ ତିନୋଟି କାରଣ ଯୋଗୁଁ ହିଁ ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ ଖରାପ ଅବସ୍ଥାରେ ପଡ଼ନ୍ତି ।

୨୨.(କ) ଆମେ ଯଦି ପ୍ରକୃତରେ ଚେଷ୍ଟା କରୁ ତେବେ ରାଜନୀତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଥିବା ଲାଞ୍ଚ ମିଛ ନିଶ୍ଚୟ ଦୂର କରିପାରିବୁ ।

(ଖ) ନେତାମାନେ ଥରେ ଭୋଟ ପାଇ କ୍ଷମତାକୁ ଆସିଲାପରେ, ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ଜନସାଧାରଣଙ୍କର କୌଣସି କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ଓ ପ୍ରଭାବ ଆଉ ରୁହେ ନାହିଁ ।

୨୩.(କ) ଶିକ୍ଷକମାନେ ଯେ, କ'ଣ ଦେଖି ନମ୍ବର ଦିଅନ୍ତି ସେକଥା ଅନେକ ସମୟରେ ମୁଁ ଜମାରୁ ବୁଝିପାରେ ନାହିଁ ।

(ଖ) ମୋ ଅନୁଭୂତିରୁ ମୁଁ ଦେଖିଛି ଯେ, ପରୀକ୍ଷାରେ ଭଲ ନମ୍ବର ରଖିବାଟା ମୋ ନିଜ ପଣ ଉପରେ ସବୁବେଳେ ନିର୍ଭର କରେ ।

୨୪.(କ) ଭଲ ନେତାର ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଯେ – ଦେଶର ଯାହା ଦରକାର; ସେ କଥା ସ୍ଥିର କରିବାର ଅଧିକାର ଜନସାଧାରଣଙ୍କୁ ଦେଇଥାଆନ୍ତି ।

(ଖ) ଭଲ ନେତାର ଲକ୍ଷଣ ହେଲା ଯେ – ସେ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କୁ କାହାର କ'ଣ ଦାୟିତ୍ୱ ସେ କଥା ପରିଷ୍କାର କରି ବୁଝେଇଦିଅନ୍ତି ।

୨୫.(କ) ବହୁତ ସମୟରେ ମୋର ମନେ ହୁଏ ଯେ, ମୋ ଜୀବନରେ ଯେଉଁସବୁ ଘଟଣା ଘଟିଯାଉଛି ତା ଉପରେ ମୋର କୌଣସି ହାତ ନାହିଁ ।

(ଖ) ମୋ ଜୀବନରେ ଭାଗ୍ୟର ପ୍ରସାଦରୁ କୌଣସି ଘଟଣା ନାହିଁ ।

୨୬.(କ) ଲୋକେ ଅନ୍ୟ ଲୋକଙ୍କ ସାଙ୍ଗେ ମିଶିବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି ନାହିଁ ବୋଲି ଏକୁଟିଆ ହୋଇ ପଡ଼ି ରହିଥାଆନ୍ତି ।

(ଖ) ନିଜେ ଚେଷ୍ଟା କରି କେହି କେବେ କାହାର ସାଙ୍ଗ ହୋଇପାରେନା, କାରଣ ସାଙ୍ଗ ହେବାଟା ଅନ୍ୟଲୋକର ଖିଆଲ ଉପରେ ବହୁତ ନିର୍ଭର କରେ ।

୨୭.(କ) ଆଜିକାଲି ସ୍କୁଲରେ ପଢ଼ା ଅପେକ୍ଷା ଖେଳ ଉପରେ ଅଯଥାରେ ବହୁତ ବେଶି ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଛି ।

(ଖ) ଫୁଟ୍‌ବଲ୍ କି ହକି ପରି ଖେଳସବୁ ଦଳ ହୋଇ ଖେଳିବା ସୁସ୍ଥ ଚରିତ୍ର ଗଠନର ଏକ ଉତ୍କୃଷ୍ଟ ଉପାୟ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୨୮. (କ) ମୋ ନିଜ ଯୋଗୁଁ ହିଁ ମୁଁ ଜୀବନରେ ସୁଖରେ ରହିବି କି ଦୁଃଖରେ ରହିବି, ଆଉ କାହାଯୋଗୁଁ ନୁହେଁ ।

(ଖ) ମୋର ଜୀବନର ଗତି ଯେ କେଉଁଆଡ଼େ, ସେ କଥା ମୁଁ ଜାଣେନା ଏବଂ ତା ଉପରେ ମୋର କୌଣସି ହାତ ନାହିଁ ।

୨୯. (କ) ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ରାଜନୀତିଜ୍ଞମାନଙ୍କର ମତି ଗତି ବୁଝିବା ଆମ୍ଭମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଅସାଧ୍ୟ ।

(ଖ) ସବୁ କଥା ବିଚାର କରି ଦେଖିଲେ ଜଣାଯାଏ ଯେ ଦେଶର ଲୋକମାନଙ୍କ ଯୋଗୁ ହିଁ ଜାତୀୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେଉ ବା ପ୍ରାଦେଶିକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ହେଉ, ଅପଦାର୍ଥ ସରକାର ଗଢ଼ିଉଠେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣ ନିଜ ଉତ୍ତରର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରନ୍ତୁ । ୧, ୩, ୪, ୫, ୧୦, ୧୧, ୧୨, ୧୩, ୧୫, ୧୯, ୨୨, ୨୬ ଏବଂ ୨୮ ନମ୍ବର କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ 'କ' ବାକ୍ୟଟି ବାଛିଥିଲେ ପ୍ରତିଟି 'କ' ପାଇଁ ଆପଣ ନିଜକୁ ଏକ ନମ୍ବର ଦିଅନ୍ତୁ । ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ନମ୍ବର କ୍ଷେତ୍ରରେ 'ଖ' ବାଛିଥିଲେ ପ୍ରତିଟି 'ଖ' ପାଇଁ ଏକ ନମ୍ବର ଦିଅନ୍ତୁ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣ 'କ' ପାଇଁ ପାଇଥିବା ନମ୍ବର ଏବଂ 'ଖ' ପାଇଁ ପାଇଥିବା ନମ୍ବର ମିଶାଇଲେ ସମୁଦାୟ ନମ୍ବର ବାହାର କରିପାରିବେ । ଏହି ନମ୍ବରଟି ଶୂନ୍ୟରୁ ଅଣତିରିଶ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଏହି ନମ୍ବରଟି ଆପଣଙ୍କର ଅନ୍ତର୍ମୁଖୀ ଶୈଳୀର ସୂଚକ । ଏହା ଯେତେ ବେଶି ହେବ, ସେତେ ଭଲ ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରସାଧନ କେତେଦୂର ସହାୟକ ?

ନୀତିଗତ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ବିଚାର କଲେ କୌଣସି ସଂସ୍ଥା ପାଇଁ କର୍ମଚାରୀ ମନୋନୟନ ବେଳେ ପ୍ରାର୍ଥୀ ସମ୍ପର୍କରେ କେତେକ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସୂଚନା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ । ପ୍ରାର୍ଥୀମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଗତ ଯୋଗ୍ୟତା, ଅଭିଜ୍ଞତା, ପୂର୍ବର କାର୍ଯ୍ୟ-ଇତିହାସ ଏବଂ ବିଶିଷ୍ଟ ଲୋକମାନଙ୍କର ସୁପାରିଶକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଏ । ଆଶା କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟର ସଫଳତା ସହିତ ସଂପୃକ୍ତ ଥିବା ଉପାଦାନସବୁ ବିଚାରକୁ ନିଆଯିବାର କଥା । ସଂସ୍ଥାସବୁର କର୍ମଚାରୀ ବଛାବଛି ବେଳେ ଏପରି ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତତାମୁଖୀ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନୀତିଗତଭାବେ ସ୍ୱୀକୃତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବାସ୍ତବ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ବ୍ୟତିକ୍ରମ ପରିଲକ୍ଷିତ ହୁଏ ।

ବାସ୍ତବ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମର ବଦ୍ଧମୂଳଧାରଣା (Stereotype) ଆମର ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ତରୁଣ କି ବୟସ୍କ, ତାହା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ଥାଇପାରେ । ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ସମାଜର କେଉଁ ବର୍ଗରୁ ଆସିଛି ସେହି ସାମାଜିକ ପଦପଦବୀ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଅନ୍ୟ କିଛି ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ଥାଏ । ସେହିପରି ଜଣେ ନାରୀଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ମଧ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ଥାଇପାରେ । ଏପରି ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାସବୁ ଆମର ମୂଲ୍ୟାୟନ ପଦ୍ଧତିରେ ପକ୍ଷପାତିତା ଆଣିଥାଏ । ପୁଣି ସମ୍ପୃକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଦେଖିବା ସମୟରେ ଏହିସବୁ ସୂତ୍ର (Cues) ଆମର ନିଷ୍ପତ୍ତି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ପ୍ରବେଶ କରିଥାଏ ।

ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀର ଚେହେରା ଏବଂ ଏହା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ପ୍ରସାଧନ ସାମଗ୍ରୀର ଭୂମିକା ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇପାରେ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଖରେ ନିଜକୁ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବା ସମୟରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ନିଜକୁ ସଜାଇନିଅନ୍ତି । ପୁଣି ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଦେହଚେତନା ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଜକୁ ସଜାଇବା ପାଇଁ ଅଧିକ ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କର ଦେହଚେତନା ଅଧିକ ଥିବାରୁ ନିଜର ବେଶଭୂଷା ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ କେଶସଜ୍ଜା ଏବଂ ପ୍ରସାଧନର ଯତ୍ନ ନିଅନ୍ତି । ପ୍ରସାଧନ ସାମଗ୍ରୀର ବ୍ୟବହାର ସଫଳ ଆତ୍ମଉପସ୍ଥାପନରେ କେତେଦୂର ସହାୟକ, ଏ ବିଷୟରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆମ ଦେଶରେ ଏହାର ଗବେଷଣାତ୍ମକ ଅନୁଧ୍ୟାନ ନଥିବାରୁ ଏଠାରେ ଗୋଟିଏ ବିଦେଶୀ ସର୍ବେକ୍ଷଣର ଅବତାରଣା କରାଯାଇପାରେ । ଆମେରିକାରେ କରାଯାଇଥିବା ଏହି ପରୀକ୍ଷାଟିକୁ ପୂରାପୂରି ଗ୍ରହଣ କରିନେବା ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଇନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସର୍ବେକ୍ଷଣର ଫଳାଫଳରୁ କିଛିଟା ଅନୁମାନ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଇପାରେ ।

ଏହି ପରୀକ୍ଷାରେ କେଶର ବର୍ଣ୍ଣ ଏବଂ ପ୍ରସାଧନର ପ୍ରଭାବ ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇଥିଲା । ଚାଳିଶବର୍ଷ ବୟସର ଜଣେ ମହିଳାଙ୍କ ଫଟୋ ଉଠାଯିବା ପରେ ଏହାକୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଛ ପ୍ରକାର ଫଟୋ ତିଆରି କରାଗଲା । ତିନୋଟି ଫଟୋରେ ପ୍ରସାଧନର ବ୍ୟବହାର (ତ୍ୱଚାକୁ ଗୌରବର୍ଣ୍ଣ କରିବାର ଉପାଦାନ, ଗାଲକୁ ଶୋଭନୀୟ କରିବାର ସାମଗ୍ରୀ, ଆଖି ଉପର ପତା ରଙ୍ଗ, ଚକ୍ଷୁର ଉପର ଭାଗରେ ରଙ୍ଗ ଓ ଓଠ ରଙ୍ଗ) ସୂଚିତ କରାଯାଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ ତିନୋଟିରେ ପ୍ରସାଧନୀର ବ୍ୟବହାର ସୂଚିତ ହୋଇ ନ ଥିଲା । ଉଭୟ ପ୍ରକାର ତିନୋଟି ଫଟୋ ମଧ୍ୟରୁ ଗୋଟିଏ ଫଟୋରେ ନୀଳ କେଶ, ଗୋଟିକରେ କଳା କେଶ, ଓ ଅନ୍ୟଟିରେ କହରା କେଶସଜ୍ଜାର ସୂଚନା ଦିଆଗଲା । ଏହି ଛ ପ୍ରକାର ଫଟୋ ଏବଂ ହିସାବ ପରୀକ୍ଷକ ପଦ ପାଇଁ ଗୋଟିଏ ଆବେଦନ ପତ୍ର ନିଆଯାଇ ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରାଗଲା ।

ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ସଂଖ୍ୟକ ଲୋକ ଭାଗନେଲେ । ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଭାଗ ନେଇଥିବା ପ୍ରତି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଗୋଟିଏ ଫଟୋ ଏବଂ ଆବେଦନ ପତ୍ରଟି ଦିଆଯାଇ ଏହି ଆବେଦନକାରୀ ଚାକିରି ପାଇଁ କେତେ ଉପଯୁକ୍ତ, ତାହା ପଚରାଗଲା । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଚାକିରି ଦିଆଗଲେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ବେତନ କେତେ ଦିଆଯିବ ତାହା ମଧ୍ୟ ପଚରାଗଲା । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଭାଗ ନେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ଓ ବିଭିନ୍ନ ସମୟରେ ଯୋଗାଯୋଗ କରାଯାଉଥିବାରୁ ସର୍ବେକ୍ଷଣର ପ୍ରକୃତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ଅଜଣା ଥିଲା । ପୁଣି କେବଳ କେଶର ରଙ୍ଗ ଓ ପ୍ରସାଧନୀକୁ ବାଦଦେଲେ ଫଟୋଟି ଏକ ଓ ଅଭିନ୍ନ ମହିଳାଙ୍କର ଏବଂ ଆବେଦନ ପତ୍ର ମଧ୍ୟ ଏକ ଓ ଅଭିନ୍ନ ରହିଥିଲା । ସୁତରାଂ ଲୋକମାନଙ୍କର ମତାମତ କେବଳ କେଶର ରଙ୍ଗ ଏବଂ ପ୍ରସାଧନୀ ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ବୋଲି ବିଚାର କରିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ଦେଖାଗଲା ଯେ ସର୍ବେକ୍ଷଣରେ ଭାଗ ନେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନୀଳ କେଶସଜ୍ଜାର ମହିଳାଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ଦୁଇପ୍ରକାର କେଶସଜ୍ଜାର ମହିଳାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଯୋଗ୍ୟ ମନେ କରୁଛନ୍ତି । ପୁଣି ସେପରି ଯୋଗ୍ୟ ମହିଳାଙ୍କୁ ଅଧିକ ବେତନରେ ଚାକିରି ଦେବାର ସୁପାରିଶ କରୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ପ୍ରସାଧନୀ ବ୍ୟବହାର କରିନଥିବା ମହିଳାଙ୍କୁ ପ୍ରସାଧନୀ ବ୍ୟବହାର କରିଥିବା ମହିଳାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଯୋଗ୍ୟ ମନେକରାଯାଉଛି । ଏପରି ଯୋଗ୍ୟ ମହିଳାଙ୍କୁ ଅଧିକ ଦରମା ଦେବାପାଇଁ ସୁପାରିଶ କରାଯାଉଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆମେରିକାରେ ହୋଇଥିବା ଏହି ସର୍ବେକ୍ଷଣକୁ ଭିତ୍ତି କରି ନୀଳକେଶ ସଜାଇବାର ପ୍ରଯତ୍ନ କରିବାର ପରାମର୍ଶ ଦିଆଯାଉ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ମନୋନୟନ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମୂଲ୍ୟାୟନ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କେଶର ରଙ୍ଗ ଏବଂ କେଶସଜ୍ଜାର ମଧ୍ୟ ଭୂମିକା ଥାଇପାରେ, ଏ ବିଷୟରେ ସତର୍କ କରିଦିଆଯାଉଛି । ସେହିପରି ପ୍ରସାଧନୀ ବ୍ୟବହାର ଯେ କ୍ଷତିକାରକ ତାହା ମଧ୍ୟ କୁହାଯାଇ ନାହିଁ । ଫଟୋରେ ପ୍ରଦର୍ଶିତ ମହିଳା ଜଣକ କମ୍ ବୟସର ହୋଇଥିଲେ ତାଙ୍କ ପାଇଁ କେଉଁ ସ୍ଥିତି ପ୍ରସାଧନୀଯୁକ୍ତ ପ୍ରସାଧନୀ-ବିହୀନ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାନ୍ତା ତାହା ମଧ୍ୟ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭାବରେ କୁହାଯାଇ ପାରିବ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ ସମୟରେ କେଶସଜ୍ଜା ଓ ପ୍ରସାଧନୀ ପରି ଦୃଶ୍ୟଗତ ଖିଅସବୁ (Visual cues) ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ, ଏହାର ସମ୍ଭାବନାକୁ ଏଡ଼ାଇ ହେବନାହିଁ ।

ସମ୍ଭବତଃ ଦୃଶ୍ୟଗତ ଖିଅ ସବୁ ଆମର ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାକୁ ଉଜ୍ଜୀବିତ କରେ । ପ୍ରସାଧନୀ ବ୍ୟବହାର କରୁନଥିବା ମହିଳା ବିଳାସୀ ନହୋଇ କର୍ମଦକ୍ଷ ହୋଇଥିବେ, ଏପରି ଧାରଣା ଆସିପାରେ । ମୁଖ୍ୟତଃ ଆମର ଦୃଷ୍ଟିପଥରେ ସହଜ ଭାବରେ ଚାଲିଆସୁଥିବା କେତେକ ଉପାଦାନ ଆମକୁ ସମ୍ପୃକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତି (ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ)ମାନଙ୍କୁ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଶ୍ରେଣୀଭୁକ୍ତ (Categorization) କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥିବାରୁ ପ୍ରସାଧନୀ ପରି ବାହ୍ୟିକ ଦୃଷ୍ଟିଗତ ଖିଅସବୁର ଭୂମିକାକୁ ଅସ୍ୱୀକାର କରିହେବ ନାହିଁ ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧଭାବ କମ୍ କାହିଁକି ?

ସମସାମୟିକ ଜୀବନ ଓ ସମାଜରେ ହିଂସାତ୍ମକ ଓ ଆକ୍ରମଣାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ବୃଦ୍ଧି ଉଦ୍‌ବେଗ ସୃଷ୍ଟିକରୁଛି । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସ୍ୱଭାବଗତ କ୍ରୋଧଭାବ (Aggression) ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ପ୍ରାସଙ୍ଗିକ । ଅବଶ୍ୟ ଏ ଧରଣର ଗବେଷଣା ବହୁପୁରାତନ । ବହୁପୂର୍ବରୁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ ନାରୀ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷର କ୍ରୋଧଭାବ ଅଧିକ । କିନ୍ତୁ କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ କ୍ରମେ କ୍ରମେ ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ତଥାପି କ୍ରୋଧର ଅନୁଭବ ଓ ପରିପ୍ରକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ଏବେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ କ୍ରୋଧ ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି ।

କେବଳ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବର୍ତ୍ତମାନ କ୍ରୋଧଭାବର ତୁଳନା କରା ନ ଯାଇ ଆଉ କେତୋଟି ମୌଳିକ ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ ଅନ୍ୱେଷଣ କରାଯାଉଛି । ଜୀବନର କେଉଁ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା ବେଶି ? କେଉଁ କେଉଁ ପରିସ୍ଥିତିରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରୋଧ ସମ୍ପର୍କୀୟ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ? ପାର୍ଥକ୍ୟ ମୂଳରେ କେଉଁ ସବୁ କାରଣ ସକ୍ରିୟ ରହିଛି ?

ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରରେ ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କ୍ରୋଧଭାବରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ବେଶି ଓ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ସମ୍ଭବତଃ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସମୀକ୍ଷା ଓ ନୀତିଗତ ବିଚାର ପ୍ରତି ପୂର୍ଣ୍ଣ ସଚେତନ ହୋଇ ନଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧଭାବ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ବାଧାହୀନ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଅନ୍ତର୍ବାଧା (Inhibition)ର କମ୍ ଚାପ ଫଳରେ ବାଳକ ବାଳିକା ସେମାନଙ୍କର ଅନୁଭୂତ କ୍ରୋଧକୁ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ଦିଅନ୍ତି । ଫଳତଃ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ପାର୍ଥକ୍ୟ ସହଜରେ ଦୃଷ୍ଟିଗୋଚର ହୁଏ ।

ସାଧାରଣତଃ ବ୍ୟବହାର ବିଜ୍ଞାନୀମାନେ କ୍ରୋଧ ସମ୍ପର୍କରେ ଗବେଷଣା କରିବା ସମୟରେ ଏକ କୃତ୍ରିମ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ଗବେଷକଙ୍କ ନିର୍ଦ୍ଦେଶରେ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କର ଗୃହ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବେଶ ସମୟରେ ତା ଉପରକୁ ଡେଇଁ ପଡ଼େ । ଏପରି ଯୋଜନା ପୂର୍ବ ପରିକଳ୍ପିତ ବୋଲି ପ୍ରବେଶ କରୁଥିବା ଲୋକଜଣକ ଜାଣି ନଥାନ୍ତି । ଫଳରେ ତାଙ୍କର ହୁଏତ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । ଗବେଷକ ଏହି କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରାକୁ ଆକଳନ କରନ୍ତି । ଏହିପରି ସବୁ କୃତ୍ରିମ ଉପାୟରେ ସାମାଜିକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟିକରାଯାଇ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷର କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରା ତୁଳନା କରାଯାଇଛି । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନେ·ଅଧିକ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ପୁଣି ପୁରୁଷ ବ୍ୟକ୍ତିଟି ନାରୀ ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷ ପ୍ରତି ଅଧିକ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରେ ।

ଗବେଷଣାଗାରର କୃତ୍ରିମତା ତୁଳନାରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ପରିବେଶରେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ ପାଏ । କ୍ରୋଧର ପ୍ରକାଶ ସମୟରେ ଅନ୍ୟ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ବ୍ୟକ୍ତିସମୂହ ଉପସ୍ଥିତ ଥିଲେ ପ୍ରକାଶିତ କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରା କମ୍ ହୁଏ । ମୋଟ ଉପରେ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଜଣକ ନାରୀ କି ପୁରୁଷ ତାହା ଆଂଶିକ ଭାବରେ କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାଏ । ଏହା ବ୍ୟତୀତ, କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିର ବୟସ, ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ, ପରିବେଶ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତି ଏବଂ ପରିସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ଅନ୍ୟସବୁ ବିକଳ୍ପର ଉପସ୍ଥିତି ଅନୁପସ୍ଥିତି କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରାକୁ ସ୍ଥିର କରିଥାଏ ।

ନାରୀ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ମାତ୍ରାଧିକ କ୍ରୋଧ ଭାବର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକାଧିକ ମତବାଦ ରହିଛି । ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ହରମୋନ-ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଯୌନ ହରମୋନ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ୍ (Androgen) କ୍ରୋଧକୁ ଉଦ୍ଦୀପିତ କରିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଯୌନ ହରମୋନ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍ (Estrogen) କ୍ରୋଧଭାବକୁ ପ୍ରଶମିତ କରେ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧଭାବ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ରହିବାର ଶରୀରଭିତ୍ତିକ କାରଣ ରହିଛି ।

ଦ୍ୱିତୀୟ କାରଣ ହେଉଛି ସାମାଜିକ । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ କଥା ଯେ ପ୍ରତି ସମାଜରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରତିଛବି ରହିଥାଏ । ସେହି ଅନୁସାରେ ସେମାନଙ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଭୂମିକାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଏ । ପୁରୁଷମାନେ କ୍ରୋଧୀ ଓ କଠିନ ହେବାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ସହାନୁଭୂତିଶୀଳ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ହେବାର ଆଶା କରାଯାଏ । ପିତାମାତା ନିଜର ସନ୍ତାନସନ୍ତତି ଲାଳନପାଳନ କଲାବେଳେ ଅନୁରୂପ ଶିକ୍ଷା ମଧ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି । ଛୋଟ ପିଲାର ଦାୟିତ୍ୱ ନେବାଭଳି ସହାନୁଭୂତିପୂର୍ଣ୍ଣ କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ଝିଅକୁ ଦିଆଯିବା ସ୍ଥଳେ ମାଟି ହାଣିବା ଓ ବାଡ଼ବୁଜିବା ପରି କାମସବୁ ପୁଅକୁ ଦିଆଯାଏ । ଦିଆଯାଉଥିବା ଖେଳ ସାମଗ୍ରୀ, ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପ୍ରକାରର କ୍ରୀଡ଼ା ଏବଂ ପୃଥକ୍ ଧରଣର ଉପହାର ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ପ୍ରଭେଦ ସୃଷ୍ଟିରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଛୋଟ ବୟସରୁ ବାଳିକାମାନେ କ୍ରୋଧର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଓ ସହାନୁଭୂତିର ପରିପ୍ରକାଶ ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତି ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ସାମାଜିକ ଭୂମିକା ନାରୀ-ପୁରୁଷର କ୍ରୋଧ-ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ଦୃଢ଼ କରେ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ବିଚାର କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ବୃତ୍ତି ମଧ୍ୟରେ କ୍ରୋଧ ଉପେକ୍ଷିତ ନୁହେଁ । ସାମରିକ ବାହିନୀରେ ଚାକିରି, ଗାଡ଼ିମୋଟର ଚଳାଇବା ଏବଂ ମେସିନ ଚଳାଇବା ପରି କାର୍ଯ୍ୟସବୁରେ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ଦୃଢ଼ତାକୁ କ୍ରୋଧ ଭାବର ଏକ ରୂପାନ୍ତର ବୋଲି କୁହାଯାଇପାରେ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୁକ୍ତ ବିଚାର

Digitized by srujanika@gmail.com

କରାଯାଉଥିବା ବୃତ୍ତିସବୁରେ (ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ, ନର୍ସ, ସେବାକାରୀ ଇତ୍ୟାଦି) ସମ୍ବେଦନଶୀଳତାର ପ୍ରୟୋଜନ ରହିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ନାରୀ-ପୁରୁଷ ଭିତ୍ତିରେ ଯେଉଁ ପେସାଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଥିଲା, ଏବେ ତାହାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି । ଗତାନୁଗତିକ ପଛାରେ ନାରୀଜନୋଚିତ ପେସା (ନର୍ସିଂ ଓ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ଇତ୍ୟାଦି) ବାହାରେ ନାରୀମାନେ ଅନ୍ୟସବୁ ବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିଛନ୍ତି ।

ତୃତୀୟତଃ, ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ କାରଣରୁ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର କ୍ରୋଧଭାବ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ । ପରିସ୍ଥିତି କ୍ରୋଧଭାବର ଅନୁଭବ ଆଣିଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପ୍ରକାଶ କରିବା ସମୟରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । କ୍ରୋଧଭାବ ପ୍ରକାଶ କଲେ ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ଓ ଉଦ୍‌ବେଗ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ । କ୍ରୋଧଭାବର ପରିପ୍ରକାଶ ଅନେକ ସ୍ଥଳରେ ନାରୀକୁ ଏକପ୍ରକାର ଅପ୍ରୀତିକର ଅନୁଭୂତି ଦିଏ । ଫଳତଃ ସେମାନେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏପରି ନକରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ପୁରୁଷମାନେ ଅନେକ ସମୟରେ କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନର ଏକ ମାଧ୍ୟମ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । କ୍ରୋଧ ପ୍ରକାଶ ନକଲେ ଏ କାମଟି ହେବ ନାହିଁ, ଏପରି ଭାବନାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୁଅନ୍ତି । ଏପରି ଭାବନାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହେବା ଫଳରେ ସେମାନଙ୍କର ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ହୁଏ ନାହିଁ ଏବଂ ସେମାନେ ନିଜକୁ ଦୋଷାରୋପ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଏହି ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ କାରଣରୁ ନାରୀ ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷର କ୍ରୋଧର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ରହିଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇଛି ଯେ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟର ମାତ୍ରା କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ସାମାଜିକ ଭୂମିକା-ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ଏବଂ ପେସାଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଧୀରେ ଧୀରେ କମୁଥିବାରୁ କ୍ରୋଧଭାବର ପାର୍ଥକ୍ୟ ମଧ୍ୟ ହ୍ରାସ ପାଉଛି ।

ଆପଣଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା କେତେ ବେଶୀ ?

ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ଭଲରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଆପଣଙ୍କ ଅନୁଭବ ବ୍ୟକ୍ତ କରୁଥିବା ନମ୍ବରଟିକୁ ଅନ୍ୟ ଏକ କାଗଜରେ ଲେଖିରଖନ୍ତୁ । ବାକ୍ୟଟି ଭଲଭାବରେ ପଢ଼ି ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟପାଇଁ ୧ କିମ୍ବା ୨ କିମ୍ବା ୩ କିମ୍ବା ୪ ଲେଖିଦିଅନ୍ତୁ ।

		ଦୃଢ଼ଅମତ	ଅମତ	ଏକମତ	ଦୃଢ଼ଏକମତ
୧.	ମୋତେ ଖୁସି ଲାଗେ	୪	୩	୨	୧
୨.	ମୁଁ ଶୀଘ୍ର କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ	୧	୨	୩	୪
୩.	ମୋତେ କାନ୍ଦମାଡ଼େ	୧	୨	୩	୪
୪.	ମୋର ଇଚ୍ଛାହୁଏ ଯେ ମୁଁ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପରି ଖୁସିବାସିଆ ହୋଇଥାନ୍ତି କି ?	୧	୨	୩	୪

Digitized by srujanika@gmail.com

୫.	ଅତୀତର କ୍ଷତିକଥା ଭାବି ମୁଁ ଅସ୍ଥିର ହୁଏ	୧	୨	୩	୪
୬.	ମୋର ବିଶ୍ରାମ ନେବାକୁ ଇଚ୍ଛା ହୁଏ	୧	୨	୩	୪
୭.	ମୁଁ ସ୍ଥିର ଓ ଶାନ୍ତ	୪	୩	୨	୧
୮.	ମୋତେ ଲାଗେ ଯେ ମୁଁ ଅସୁବିଧାରୁ ମୁକୁଳିପାରିବି ନାହିଁ	୧	୨	୩	୪
୯.	ଅଯଥା କଥାନେଇ ମୁଁ ବ୍ୟତିବ୍ୟସ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ	୧	୨	୩	୪
୧୦.	ମୁଁ ସୁଖୀ	୪	୩	୨	୧
୧୧.	କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ମୋତେ କଷ୍ଟ ଲାଗେ	୧	୨	୩	୪
୧୨.	ମୋର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଭାବ ରହିଛି	୧	୨	୩	୪
୧୩.	ମୁଁ ନିଜକୁ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେକରେ	୪	୩	୨	୧
୧୪.	ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାକୁ ମୋତେ ଡରଲାଗେ	୧	୨	୩	୪
୧୫.	ମୁଁ ହତୋତ୍ସାହ ହୋଇପଡ଼େ	୧	୨	୩	୪
୧୬.	ମୋର ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷ ରହିଛି	୪	୩	୨	୧
୧୭.	ଆଜେବାଜେ କଥାସବୁ ମୋତେ ଅସ୍ଥିର କରେ	୧	୨	୩	୪
୧୮.	ବିଫଳତାର ଚିନ୍ତାରୁ ମୁଁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରିପାରେ ନାହିଁ	୧	୨	୩	୪
୧୯.	ମୁଁ ଧୈର୍ଯ୍ୟବାନ	୪	୩	୨	୧
୨୦.	ବର୍ତ୍ତମାନର ଦାୟିତ୍ୱ କଥା ଭାବି ମୁଁ ଅସ୍ଥିର ହୋଇପଡ଼େ	୧	୨	୩	୪

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣ ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଲେଖିରଖିଥିବା ନମ୍ବରସବୁକୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶାଣଫଳ ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରାକୁ ପ୍ରକାଶ କରୁଛି । ସର୍ବଶେଷରେ ଯୋଗଫଳ ୨୦ରୁ ୮୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଆପଣଙ୍କର ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ୨୦ରୁ ୪୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିଲେ ବିଚଳିତ ହେବାର ବିଶେଷ କାରଣ ନାହିଁ । ଆପଣଙ୍କ ମାର୍କ ୪୧ରୁ ୬୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିଲେ ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ଅଧିକ ବୋଲି ଧରାଯିବ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉଦ୍‌ବେଗ କମାଇବା ପାଇଁ ଆପଣ ଚେଷ୍ଟା କରିବା ଉଚିତ ହେବ । ଆପଣଙ୍କ ମାର୍କ ୬୧ କିମ୍ବା ତାହାଠାରୁ ଅଧିକ ହୋଇଥିଲେ ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବୋଲି ଜାଣିବାକୁ ହେବ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ନେବା ବିଜ୍ଞତାର କାର୍ଯ୍ୟ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀତ୍ୱ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ

ଏହା ସର୍ବସ୍ୱୀକୃତ ଯେ, ପ୍ରତି ସମାଜରେ ନାରୀ ଏବଂ ପୁରୁଷ ସମ୍ପର୍କରେ କେତେକ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ରହିଛି । ପୁଣି ସବୁ ସମାଜର ବିଚାରଧାରାକୁ ସମନ୍ୱିତ କରି ମୁଖ୍ୟ ଧାରାଟିକୁ ଚିହ୍ନଟ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ, ପ୍ରାୟ ପ୍ରତି ସମାଜରେ ନାରୀକୁ ଆବେଗ ଓ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ସ୍ୱରୂପ ବିଚାର କରିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟସାଧନର ପ୍ରତୀକ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ ନାରୀ କେଉଁ କେଉଁ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ କଲେ ମିଳୁଥିବା ଉତ୍ତର ମଧ୍ୟରେ ଯଥେଷ୍ଟ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଥାଏ । ସମାଜରେ ନାରୀକୁ ସହାନୁଭୂତିଶୀଳ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ, ଗୋଷ୍ଠୀଅନୁରକ୍ତ, ମିଷ୍ଟଭାଷିନୀ ଓ ସ୍ନେହଶୀଳା ରୂପେ ଚିତ୍ରଣ କରାଯାଏ । ଅବଶ୍ୟ ପୁରୁଷମାନେ ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳ, ନେତୃତ୍ୱପ୍ରବଣ, ଉଚ୍ଚାଭିଳାଷୀ, ପରିଶ୍ରମୀ ଏବଂ ଦୃଢ଼ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ପଷ୍ଟ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି ସେମାନଙ୍କର ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ । କେବଳ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥିବା ମହିଳା ସମନ୍ୱୟଶୀଳା ଓ ଆଦର୍ଶସ୍ଥାନୀୟା କି ?

ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ଏ ପ୍ରଶ୍ନଟି କେତେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କୁ ଆନ୍ଦୋଳିତ କରିଛି । ଅବଶ୍ୟ ପୂର୍ବରୁ କେତେକ ଦାର୍ଶନିକ ଏବଂ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ସେମାନଙ୍କ ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଚିନ୍ତାଧାରାରେ ସୂଚାଇ ଯାଇଥିଲେ ଯେ, ପ୍ରତି ମଣିଷ ମଧ୍ୟରେ କିଛି ନାରୀତ୍ୱ ଓ କିଛି ପୁରୁଷତ୍ୱ ରହିଛି । ଏପରିକି ଆମର ବୈଦିକ ପରମ୍ପରାରେ 'ଅର୍ଦ୍ଧନାରୀଶ୍ୱର' ଶବ୍ଦଟି ନାରୀତ୍ୱ ଓ ପୁରୁଷତ୍ୱର ସମାବେଶ ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦିଏ । କିନ୍ତୁ ଏହାକୁ ବିଧିବଦ୍ଧ ଭାବରେ ପରୀକ୍ଷାମୂଳକ ରୂପରେଖ ଦେଇ ପରିଣତି ଦର୍ଶାଇବାର ଗୌରବ ଆମ ସମୟର କେତେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଲାଭ କରିଛନ୍ତି ।

ଗୋଟିଏ ମନୋବିଜ୍ଞାନ ପରୀକ୍ଷଣରେ ଏପରି କରାଗଲା । ନାରୀମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଏବଂ ସ୍ପୃହଣୀୟ ହେଉଥିବା ଗୁଣସବୁର ଗୋଟିଏ ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବାକୁ ଲୋକମାନଙ୍କୁ କୁହାଗଲା । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ, ଲୋକମାନେ ଏ ତାଲିକାରେ ମୃଦୁଭାଷିଣୀ, କୋମଳ, ବିଶ୍ୱାସୀ ପରି ଗୁଣସବୁ ଲେଖିଲେ । ସେହିପରି ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଓ ସ୍ପୃହଣୀୟ ହୋଇଥିବା ଗୁଣର ତାଲିକା ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପାଇ ଦ୍ୱିତୀୟ ତାଲିକା କଲେ । ଏ ତାଲିକାରେ ଶକ୍ତି, ପ୍ରତିଯୋଗିତାସମ୍ପନ୍ନ ଇତ୍ୟାଦି ଗୁଣସବୁ ସ୍ଥାନ ପାଇଲା ।

ଗବେଷକମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ କିନ୍ତୁ ଥିଲା ଅନ୍ୟ ତାଲିକା ଉପରେ । ସେମାନେ ବର୍ତ୍ତମାନ ଲୋକଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଲେ ଯେ, ସେମାନେ ତୃତୀୟ ତାଲିକାଟି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରନ୍ତୁ । ଏପରି ତାଲିକାରେ ନାରୀମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଯାଉଥିବା ଅଥଚ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥିବା ଗୁଣସବୁ ସ୍ଥାନପାଇବା ଉଚିତ । ଦେଖାଗଲା ଯେ ଲୋକମାନେ ଏପରି ତାଲିକାରେ ସହାନୁଭୂତିଶୀଳ, ସମ୍ବେଦନଶୀଳ, ଗୋଷ୍ଠୀଭାବାମୁଖୀ ଓ ଧୈର୍ଯ୍ୟଶୀଳ ପରି ଶବ୍ଦସବୁ ଲେଖିଛନ୍ତି । ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ଏପରିସବୁ ଗୁଣ ସାଧାରଣତଃ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଥାଇପାରେ । ମାତ୍ର ଉତ୍ତମ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ପାଇଁ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ଉଭୟଙ୍କ ଲାଗି ଏସବୁ ଗୁଣ ଉପଯୋଗୀ ।

ସେହିପରି ଲୋକମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଆଗଲା ଚତୁର୍ଥ ତାଲିକାଟି ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପାଇଁ । ଚତୁର୍ଥ ତାଲିକାରେ ଏପରିସବୁ ଗୁଣ ଲେଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ଗୁଣଗୁଡ଼ିକ ସାଧାରଣତଃ ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରେ ଦେଖାଯାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଏଗୁଡ଼ିକ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ । ଦେଖାଗଲା ଯେ, ଏପରି ତାଲିକାରେ ପରିଶ୍ରମୀ, ଉଚ୍ଚାଭିଳାଷୀ, ଦୃଢ଼ ଓ ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳ ପରି ଗୁଣସବୁ ସ୍ଥାନ ପାଇଛି । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ଏସବୁ ଗୁଣ ମୁଖ୍ୟତଃ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଦେଖାଯାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ଏସବୁକୁ ଜୀବନର ଅଙ୍ଗୀଭୂତ କରି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ କରିପାରିବେ ।

ଗବେଷଣାରୁ ମିଳିଥିବା ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟି ଏହିପରି, ଉପଯୋଗୀ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ହେଉଛି ନାରୀସୁଲଭ ସୁଗୁଣ ଓ ପୁରୁଷସୁଲଭ ସୁଗୁଣର ଏକ ସମାବେଶ । ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ଏ ଦୁଇଶ୍ରେଣୀର ଉପାଦାନକୁ ସମନ୍ୱିତ କରିପାରିଲେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଉନ୍ନତ ଓ ସମନ୍ୱୟଶୀଳ ହେବ । ଜଣେ ପୁରୁଷ କେବଳ ପୁରୁଷସୁଲଭ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ସେ ଯେପରି ସୀମିତ ରହିବ, ସେହିପରି ଜଣେ ନାରୀ କେବଳ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ଜୀବନ ସୀମାବଦ୍ଧ ହେବ ।

ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପୁରୁଷ ହେଉ ବା ନାରୀ ହେଉ ସେ ନିଜ ଜୀବନରେ ଏ ଦୁଇଟି ଧାରାରେ ସମନ୍ୱୟ ଆଣିପାରିବ । ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ମଧ୍ୟରେ ଏ ଦୁଇଧାରାର କେତେ ପରିମାଣରେ ମିଳନ ଘଟି ଏକ ସମନ୍ୱିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବିକଶିତ ହୋଇଛି, ତାହା ଜାଣିବାପାଇଁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ପରିମାପକ ସବୁ ଗଠନ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମୋଟାମୋଟି ଭାବେ ଜଣେ ଲୋକ ଅନୁମାନ କରିପାରିବେ । ଅଳ୍ପମାତ୍ରାରେ ହେଉ ବା ବେଶି ମାତ୍ରାରେ ହେଉ, କେବଳ ପୁରୁଷସୁଲଭ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିଲେ ଲୋକଟି ନିଜକୁ ସମନ୍ୱିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ବୋଲି କହିପାରିବ ନାହିଁ । ସେହିପରି କେବଳ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହୋଇ ସମନ୍ୱିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଆଖ୍ୟା ପାଇବ ନାହିଁ । ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଉଭୟ ପ୍ରକାର ଗୁଣ ଥିଲେ ହେଁ ସମନ୍ୱୟ ରହିଛି ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆଧୁନିକ ଜୀବନରେ ନାରୀମାନେ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱମୁଖୀ ପ୍ରୟାସ କରିବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ନାରୀତ୍ୱର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱକୁ ଯାଇ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ବିକାଶ ଘଟାଉଥିବା ମହିଳାମାନେ ଅଧିକ କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷ, ସମନ୍ୱୟଶୀଳ ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟସଫଳ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅଧିକ ଆତ୍ମସନ୍ତୋଷ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟର ଅଧିକାରୀ ହେବାର ଯଥେଷ୍ଟ ସମ୍ଭାବନା ଅଛି ।

ଆପଣ ସମନ୍ୱିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କେତେ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ?

ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଗୁଣ ବା ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟର ନାମ ଉଲ୍ଲେଖ କରାଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ଗୁଣ ଆପଣଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ତାହା ବିଚାର କରନ୍ତୁ । ଗୁଣଟି ଆପଣଙ୍କର ଆଦୌ ନଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବରର ଗୁଣପାଇଁ ଅନ୍ୟ ଏକ କାଗଜରେ ୧ ଲେଖନ୍ତୁ । ଗୁଣଟି ପ୍ରାୟ ନ ଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବର ଗୁଣପାଇଁ ଅନ୍ୟଏକ କାଗଜରେ ୨ ଲେଖନ୍ତୁ । ଅଳ୍ପ ପରିମାଣରେ ଥିଲେ ୩, କିଛି ପରିମାଣରେ ଥିଲେ ୪, ବେଶି ପରିମାଣରେ ଥିଲେ ୫ ଏବଂ ଖୁବ୍ ବେଶୀ ପରିମାଣରେ ଥିଲେ ୬ ଲେଖନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଟି ଗୁଣ ଭଲ ରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଚାହିଁ ତାହାର ପରିମାଣ ସ୍ଥିର କରନ୍ତୁ ।

ଗୁଣ	ଆପଣଙ୍କ ମାତ୍ରା	ଗୁଣ	ଆପଣଙ୍କ ମାତ୍ରା
୧. ପୁରୁଷୋଚିତ		୧୩. ସକ୍ରିୟ	
୨. ଅଭିଳାଷୀ		୧୪. ନେତୃତ୍ୱ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ	
୩. ସ୍ୱାଧୀନ		୧୫. କାମିକା	
୪. ସାହସୀ		୧୬. ନୂଆ ଜିନିଷ ତିଆରି କରିବାରେ ଆଗ୍ରହୀ	
୫. ଦୁଃସାହସୀ		୧୭. ଦୃଢ଼ମନା	
୬. ଶୃଙ୍ଖଳିତ		୧୮. ବାସ୍ତବବାଦୀ	
୭. ଶକ୍ତିଶାଳୀ		୧୯. ସ୍ପଷ୍ଟ ମତବ୍ୟକ୍ତକାରୀ	
୮. ପରିଶ୍ରମୀ		୨୦. ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା ମନୋଭାବ ସମ୍ପନ୍ନ	
୯. କାର୍ଯ୍ୟଆରମ୍ଭ କରିବାରେ ଆଗ୍ରହୀ		୨୧. ନାରୀ ସୁଲଭ	
୧୦. ପ୍ରଗତିଶୀଳ		୨୨. ଶିଶୁପ୍ରିୟ	
୧୧. ବୁଦ୍ଧିଦୀପ୍ତ		୨୩. ସୁରକ୍ଷାକାମୀ	
୧୨. ଜବରଦସ୍ତ ଆଗେଇବାର ମନୋଭାବ			

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆପଣଙ୍କ ଗୁଣ	ମାତ୍ରା	ଆପଣଙ୍କ ଗୁଣ	ମାତ୍ରା
୨୪. ନିର୍ଭରଶୀଳ		୩୨. ଭଦ୍ର	
୨୫. ଧୀର		୩୩. ସୌଖୀନ ପ୍ରିୟ	
୨୬. ଆକର୍ଷଣଶୀଳ		୩୪. କୋମଳମନା	
୨୭. ଅନ୍ୟକୁ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଦେବାରେ ଆଗ୍ରହୀ		୩୫. କରୁଣାଶୀଳ	
		୩୬. ନିରୀହ	
୨୮. ତୋଷାମଦପ୍ରିୟ		୩୭. ଭାବପ୍ରବଣ	
୨୯. ଦୟାଳୁ		୩୮. ଶ୍ରଦ୍ଧାଯୁକ୍ତ	
୩୦. ସ୍ନେହଶୀଳ		୩୯. ଭଲ ପାଇବାର ପାତ୍ର	
୩୧. ସ୍ୱଷ୍ଟଚିନ୍ତାର ଅଧିକାରୀ		୪୦. ଦଳର ଏକତା ରକ୍ଷାରେ ଆଗ୍ରହୀ	

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣ ନିଜ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଚାହିଁ ଲେଖିରଖିଥିବା ଗୁଣସବୁର ମାତ୍ରା ବିଚାର କରନ୍ତୁ । ୧ ନମ୍ବର ଗୁଣରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ୨୦ ନମ୍ବର ଗୁଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଆପଣ ଦେଇଥିବା ନମ୍ବରସବୁକୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପୁରୁଷତ୍ୱର ମାତ୍ରା । ଏହି ମିଶାଣଫଳ ୨୦ରୁ ୧୨୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିବ । ସେହିପରି ଆପଣ ୨୧ ନମ୍ବର ଗୁଣଠାରୁ ଆରମ୍ଭକରି ୪୦ ନମ୍ବର ଗୁଣ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ନିଜକୁ ଦେଇଥିବା ମାର୍କସବୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ନାରୀତ୍ୱର ମାତ୍ରା । ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ କେତେ ସମନ୍ୱିତ ତାହା ଜାଣିବା ପାଇଁ ଆପଣ ମିଶାଣଫଳ ଦୁଇଟିକୁ ପରସ୍ପରଠାରୁ ବିୟୋଗ କରନ୍ତୁ । ଏହି ବିୟୋଗଫଳ ଯେତେ କମ୍ ହେବ, ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସେତିକି ସମନ୍ୱିତ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ଆପଣଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ପୁରୁଷସୁଲଭ ଗୁଣାବଳୀ ଏବଂ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣାବଳୀ ପ୍ରାୟ ସମାନ ପରିମାଣରେ ଥିଲେ ବିୟୋଗଫଳ ନିଶ୍ଚିତ କମ୍ ରହିବ । ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ଯେ ଆପଣ ନିଜ ଜୀବନରେ ପୁରୁଷର ଭଲଗୁଣ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କର ଭଲଗୁଣସବୁର ଏକତ୍ର ସମନ୍ୱୟ କରିଛନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବିୟୋଗଫଳ ଅଧିକ ହେଲେ ଆପଣ କେବଳ ଗୋଟିଏ ଦିଗକୁ ଢଳିରହିଛନ୍ତି ବୋଲି ଧରାଯିବ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ଆପଣଙ୍କର ନାରୀତ୍ୱର ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ ଅଧିକ ଓ ପୁରୁଷରମାତ୍ରା ଖୁବ୍ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ବିୟୋଗଫଳ ବେଶି ରହିବ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେବ ଯେ ଆପଣ କେବଳ ଗତାନୁଗତିକ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣସବୁର ଅଧିକାରୀ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୃଜନଶୀଳତା, ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଓ ବିଚାରଶୈଳୀ

ପରିବେଶ ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବା ମଣିଷର ଏକ ମୌଳିକ ଆବଶ୍ୟକତା । ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ବାହ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତି ସହିତ ସମାନ ପରିମାଣରେ ଖାପଖୁଆଇବାରେ ସମାନ ପରିମାଣରେ ସମର୍ଥ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ । ସଫଳତାର ସହିତ ଖାପଖୁଆଇ ପାରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ସମାଜରେ ବୁଦ୍ଧିମାନର ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା (Intelligence) ହେଉଛି ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାର ସାମର୍ଥ୍ୟ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ, ଅମୂର୍ତ୍ତ (Abstract) ଧାରଣାସବୁ ବୁଝିବାର କ୍ଷମତା ଏବଂ ଉଚ୍ଚ ଧରଣର କଥନଶୈଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ସ୍ତରରେ କି ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି, ତାହାର ଆଲୋଚନା ପୂର୍ବରୁ ସୃଜନଶୀଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ସୂଚନା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହେବ ।

ସୃଜନଶୀଳତା ନୂତନ ବସ୍ତୁ ବା ଧାରଣା ଗଠନ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ । ଏହାଦ୍ୱାରା ଜନଜୀବନ ବିଶେଷ ଭାବେ ଉପକୃତ ହୁଏ । କଳା, ସାହିତ୍ୟ, ଚିତ୍ର ଶିଳ୍ପ, ବିଜ୍ଞାନ ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନୂତନ ବସ୍ତୁ ଓ ଧାରଣାର ଗଠନ ସୃଜନଶୀଳତାର ସୂଚକ ହୋଇଥାଏ । ସୃଜନଶୀଳତାର ତିନୋଟି ସୂଚକ ରହିଛି । ସେଗୁଡ଼ିକ ହେଉଛି କ୍ଷିପ୍ରତା, ସଚଳତା ଓ ମୌଳିକତା । ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଅଳ୍ପ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକଗୁଡ଼ିଏ ଧାରଣା ଗଠନ କରିପାରେ ଏବଂ ପ୍ରକାଶ କରିପାରେ । କେବଳ ଲେଖାର ପରିମାଣକୁ ନେଇ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସୃଜନଶୀଳ କବି ବା ସାହିତ୍ୟିକର ସମ୍ମାନ ଦିଆ ନ ଗଲେ ମଧ୍ୟ ଅଧିକାଂଶ ସର୍ଜନସିଦ୍ଧି ସାହିତ୍ୟିକଙ୍କର ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣର ଲେଖା ରହିଥାଏ । ସୃଜନଶୀଳତାର ଦ୍ୱିତୀୟ ସୂଚକଟି ହେଉଛି ସଚଳତା (Flexibility) । ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଯେଉଁସବୁ ଧାରଣା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି, ସେସବୁ ଗୋଟିଏ ବିଭାଗର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ନୁହେଁ । ଧରାଯାଉ ଗୋଟିଏ ପିଲାକୁ ପଚରାଗଲା – "ଖଣ୍ଡିଏ ଇଟାକୁ କେଉଁ କେଉଁ ଭାବରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇ ପାରେ ?" ଏହାର ଉତ୍ତର ଦେବାକୁ ଯାଇ ହୁଏତ ଗୋଟିଏ ପିଲା କହିଲା ଯେ ଇଟାକୁ ଗୃହ ନିର୍ମାଣ, ମନ୍ଦିର ନିର୍ମାଣ, ବିଦ୍ୟାଳୟ ନିର୍ମାଣ ଓ ଅଫିସ ନିର୍ମାଣରେ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ । ଅଥଚ ଅନ୍ୟ ପିଲାଟି ଉତ୍ତର ଦେଲା ଯେ ଇଟାକୁ ପବନରେ ଉଡ଼ିଯାଉଥିବା କାଗଜ ଉପରେ ପେପର ୱେଟ ହିସାବରେ, କୁକୁରକୁ ଘଉଡ଼ାଇବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ, କାନ୍ଥରେ କିଛି ଲେଖିବା ପାଇଁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏବଂ ଗଛରୁ ଆମ୍ବ ଝଡ଼ାଇବା ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇପାରେ । ଉଭୟ ପିଲା ଚାରୋଟି ଉତ୍ତର ଦେଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରଥମ ପିଲାର ଚାରୋଟି ଉତ୍ତର ଗୋଟିଏ ଶ୍ରେଣୀର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ - "କିଛି ନିର୍ମାଣ କରିବା" । ମାତ୍ର ଦ୍ୱିତୀୟ ପିଲାର ଚାରୋଟି ଉତ୍ତର ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତିଟି ଉତ୍ତର ଅନ୍ୟଠାରୁ ଭିନ୍ନ । ସୁତରାଂ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ପିଲାର ଉତ୍ତରଟି ଅଧିକ ସଚଳ (Flexible) ଧରାଯିବ ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ପିଲାକୁ ଅଧିକ କୃତିତ୍ୱ ଦିଆଯିବ ।

ସୃଜନଶୀଳତାର ସବୁଠାରୁ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ସୂଚକଟି ହେଉଛି ଏହାର ମୌଳିକତା (Originality) । ପଚରାଯାଇଥିବା ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରସବୁକୁ ଅନୁଶୀଳନ କଲେ ସହଜରେ ଜାଣିହେବ କେଉଁ ଉତ୍ତରଟି ଗତାନୁଗତିକ ଏବଂ କେଉଁଟି ମୌଳିକ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ଗୋଟିଏ ଉତ୍ତର କେହି ଦେଇ ନଥିଲେ କିମ୍ବା ଖୁବ୍ ଅଳ୍ପ ଲୋକ ଦେଇଥିଲେ, ସେପରି ଉତ୍ତରକୁ ମୌଳିକ ବିଚାର କରାଯିବ । ଯେଉଁ ଉତ୍ତରଟି ଯେତେ ଦୁର୍ଲ୍ଲଭ, ତାହା ସେତେ ପରିମାଣରେ ମୌଳିକତାପୂର୍ଣ୍ଣ । ଅବଶ୍ୟ ସବୁପ୍ରକାର ଅସାଧାରଣ ଉତ୍ତରକୁ ସୃଜନଶୀଳ କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ଗୋଟିଏ ମଦ୍ୟପର ପ୍ରଳାପ ଅସାଧାରଣ ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ଏହା ମୌଳିକ ଓ ସୃଜନଶୀଳ ନୁହେଁ । ଗଠିତ ହୋଇଥିବା ବସ୍ତୁଟିର କ୍ଷିପ୍ରତା, ସଚଳତା ଏବଂ ମୌଳିକତା ଥିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଜନଜୀବନର ସମୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ଉପାଦାନ ଥିବା ନିତାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମ ଜୀବନକୁ ଭିନ୍ନ ମୋଡ଼ ଦେଉଥିବା ଚିତ୍ର, ନୃତ୍ୟ, ସାହିତ୍ୟ ଏବଂ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଉଦ୍ଭାବନ ସୃଜନଶୀଳତାର ପରିପ୍ରକାଶ ।

ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା (Intelligence) ଏବଂ ସୃଜନଶୀଳତା (Creativity) ପରସ୍ପର ସମ୍ବନ୍ଧଶୀଳ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଘନ ଓ ନିବିଡ଼ ନୁହେଁ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ପ୍ରତିଟି ସୃଜନଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିର ମଧ୍ୟମ କିମ୍ବା ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଥାଇପାରେ । ମାତ୍ର ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଥିବା ପ୍ରତିଟି ବ୍ୟକ୍ତି ସୃଜନଶୀଳ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅନେକ ସମୟରେ ଖୁବ୍ ଉଚ୍ଚବୁଦ୍ଧିସମ୍ପନ୍ନ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅତ୍ୟଧିକ ପରିମାଣରେ ସମାଲୋଚନାପ୍ରବଣ ହୋଇପଡ଼ିବା ଫଳରେ ସେମାନେ ସୃଜନାତ୍ମକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମନ ଦେଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ପୁଣି ଉଚ୍ଚବୁଦ୍ଧିକୁ ଖରାପ ଦିଗରେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ମଧ୍ୟମ ମାତ୍ରାର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଭଲ ପ୍ରେରଣାର ଉପଯୋଗ ଘଟାଇ ସୃଜନଶୀଳତାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରନ୍ତି ।

ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସୃଜନ-ସାମର୍ଥ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ସାମାନ୍ୟ ଆଗୁଆ । ସମ୍ଭବତଃ, ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବହୁମୁଖୀ ଚିନ୍ତା (Divergent Thinking) ଏ ଦିଗରେ ସେମାନଙ୍କର ସହାୟକ ହୁଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆମ ସମାଜରେ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଏକମୁଖୀ ଚିନ୍ତା (Convergent Thinking) ଦିଗରେ ଉତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । ଗତାନୁଗତିକ ଏବଂ ଏକମୁଖୀ ଚିନ୍ତା ସୃଜନଶୀଳତାର ଅନ୍ତରାୟ

Digitized by srujanika@gmail.com

ହୁଏ । ପୂର୍ବ ବର୍ଣ୍ଣିତ ଉଦାହରଣରେ ପ୍ରଥମ ପିଲାଟିର ଇଟାର ବ୍ୟବହାର ସମ୍ପର୍କୀୟ ଉତ୍ତର ଏକମୁଖୀ ଚିନ୍ତାର ପ୍ରତିଫଳନ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଦ୍ୱିତୀୟ ପିଲାଟିର ଉତ୍ତର ବହୁମୁଖୀ ଚିନ୍ତାର ପରିପ୍ରକାଶ ।

ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା (Intelligence) କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ବହୁବାର ତୁଳନା କରାଯାଇଛି । ଏହାର ଫଳାଫଳ ସବୁ କୌତୂହଳପ୍ରଦ । ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ବିଭିନ୍ନ ବୁଦ୍ଧିମାପକରିଥିବା ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକାମାନେ ଆଗୁଆ । ଅଥଚ ଛବି ସବୁକୁ ଏକାଠି କରି ନୂଆ ଛବି ତିଆରି କରିବା, ବିଭିନ୍ନ ଡିଜାଇନ (Design) ସମ୍ପର୍କୀୟ ପ୍ରଶ୍ନ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟଗତ (Performance) ମାପକରେ ବାଳକମାନେ ଆଗୁଆ । ଶୂନ୍ୟସ୍ଥାନ ଓ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କୀୟ ଦକ୍ଷତା (Spatial Visual Ability)ରେ ବାଳକମାନେ ଅଗ୍ରଣୀ । ମୂଳତଃ ସାମଗ୍ରିକ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାରେ ବାଳକ ବାଳିକା ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ଦକ୍ଷତା ଏବଂ ବାଳକମାନଙ୍କର ସ୍ଥାନ ଓ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କୀୟ ସାମର୍ଥ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ ରୂପ ନେଇଛି ।

ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ବିଷୟରେ ଅନ୍ୟତ୍ର ଆଲୋଚନା କରାଯାଇଛି । ବର୍ତ୍ତମାନ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଏହି ସ୍ଥାନ ଓ ଅବସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କୀୟ ଦକ୍ଷତାର କାରଣ ବିଷୟରେ ଆଲୋଚନା କରାଯାଇପାରେ । ଏପରି ସାମର୍ଥ୍ୟ କେବଳ ବାଳକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନୁହେଁ । ପୁରୁଷମାନେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରନ୍ତି । ଗାଡ଼ି ଚଳାଇ ନୂତନ ସ୍ଥାନକୁ ଯିବା ସମୟରେ ରାସ୍ତା ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ଅବସ୍ଥିତିର ଦୈର୍ଘ୍ୟ ପ୍ରସ୍ଥ ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ରହିବା, ରାସ୍ତାର ମୁଖ୍ୟ ସଂକେତସବୁ ମନେ ରଖିବା ଏବଂ ଗନ୍ତବ୍ୟ ସ୍ଥାନଟିକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ଚିହ୍ନଟ କରିବାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଦକ୍ଷତା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ଦକ୍ଷତାର ପାର୍ଥକ୍ୟର କାରଣ ସନ୍ଧାନ କରାଯାଇ ଆଉ ଗୋଟିଏ ତଥ୍ୟ ହସ୍ତଗତ ହୋଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ବହିର୍ଜଗତରୁ ପାଉଥିବା ଉପାଦାନସବୁ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ବିଚାରଧାରାରେ ଠୁଳ ଓ ବ୍ୟବହାର କରିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନେ ଭିନ୍ନ ଶୈଳୀରେ ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ସାଧାରଣତଃ ପୁରୁଷମାନେ କ୍ଷେତ୍ରମୁକ୍ତ (Field Independent) । ସେମାନେ ଉପାଦାନସବୁକୁ ଅଲଗା ଅଲଗା କରି ବିଶ୍ଳେଷଣ କରନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସେମାନଙ୍କର ବିଚାରଧାରା ବିଶ୍ଳେଷଣମୁଖୀ, ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ କ୍ଷେତ୍ରଯୁକ୍ତ (Field Dependent) । ସେମାନେ ବାହାର ଜଗତର ଉପାଦାନ ସବୁକୁ ଏକତ୍ରିତ ଭାବରେ ଦେଖିଥାନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସେମାନଙ୍କ ବିଚାରଧାରା ସଂଶ୍ଳେଷଣ ଧର୍ମୀ (Synthetic) ।

ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଶୈଳୀ ସେମାନଙ୍କୁ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟରେ କୁଶଳୀ କରିଥାଏ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ସେମାନଙ୍କୁ

Digitized by srujanika@gmail.com

କେତେକ ସାମାଜିକ ଦକ୍ଷତା ଆଣିଦେଇଥାଏ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ କୌଣସି ବ୍ୟକ୍ତିର ମୁହଁଟି ଦେଖି ତାକୁ ମନେରଖି ପରେ ଚିହ୍ନିବା ସମୟରେ ବିଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ ବିଚାର ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇ ନ ଥାଏ । ମୁଖର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଅଂଶକୁ ପୃଥକ୍ କରି ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ହୁଏତ ମୂଳ ମୁଖଟିର ଆକୃତି ପାଶୋର ଯାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ମୁଖର ଅଂଶସବୁ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବରେ ଧରିରଖିବାର ସଂଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ ବିଚାର ଲୋକଙ୍କର ମୁହଁ ମନେରଖିବା ଏବଂ ପରେ ଚିହ୍ନିବାରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବିଶ୍ଳେଷଣାତ୍ମକ ବିଚାରଶୈଳୀ (Cognitive style) କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଉପଯୋଗୀ ହେଲେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଶ୍ଳେଣାତ୍ମକ ବିଚାରଶୈଳୀ ଅନ୍ୟତ୍ର ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ଏପରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶୈଳୀର ଅନ୍ତରାଳରେ ଦୁଇଟି କାରଣ ରହିଛି । ପ୍ରଥମଟି ଜୀବନଭିତ୍ତିକ (Biological) । ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ମସ୍ତିଷ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା କେତେକ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଏପରି ଭିନ୍ନତା ସୃଷ୍ଟିକରିଥାଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ କାରଣଟି ସାମାଜିକ-ସାଂସ୍କୃତିକ । ବିଭିନ୍ନ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସାଧାରଣତଃ କୃଷିପ୍ରଧାନ ସମାଜରେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସାମାଜୀକରଣର ଶରବ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ବିଚାରଶୈଳୀରେ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଏ । ମାତ୍ର ଏସ୍କିମୋ ପରି ଭ୍ରମଣଶୀଳ ଓ ଶିକାରୀ ଗୋଷ୍ଠୀର ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ସମାନ ପ୍ରକାର ସାମାଜୀକରଣ ଲାଭ କରନ୍ତି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର ବିଚାରଶୈଳୀରେ ମଧ୍ୟ ବିଶେଷ ପ୍ରଭେଦ ନ ଥାଏ । ଆମ ଦେଶର ରାସ୍ତାଘାଟରେ ଭାଲୁ, ମାଙ୍କଡ଼ ଓ ମୂଷା ଖେଳ ଦେଖାଉଥିବା ବଣୁଆ ଜାତି ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ସାମାଜୀକରଣର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଓ ବିଚାରଶୈଳୀର ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଇ ନ ଥାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବେ କି ପ୍ରଭାବିତ ହେବେ ?

ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ନେତୃତ୍ୱର ଏକ ମୁଖ୍ୟ ଦିଗ । ଦକ୍ଷ ନେତା ଅନୁଗତ ଲୋକମାନଙ୍କ ଉପରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରନ୍ତି ଏବଂ ଅନୁଗତ ଲୋକମାନେ ବହୁଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଏବଂ ଦଳଗତ ଆଲୋଚନା ସମୟରେ ଲୋକେ ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରିବା ପାଇଁ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାର ଏପରି କ୍ରୀଡ଼ାପ୍ରାଙ୍ଗଣରେ ଖେଳ ସବୁବେଳେ ଚାଲିଥାଏ । ମନରେ. ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ – ନାରୀମାନେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କିପରି ବ୍ୟବହାର ଦର୍ଶାନ୍ତି ?

ନାରୀପୁରୁଷ ଭେଦରେ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବା ଏବଂ ପ୍ରଭାବିତ ହେବାର ମାତ୍ରା ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇଛି । ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଏକ ପ୍ରକାର କୃତ୍ରିମ ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରି ଏ ପ୍ରଶ୍ନର ଅନୁଧାନ କରନ୍ତି । ସେମାନେ ଏକ ପ୍ରକାର ଗବେଷଣାଗାରର ଆବହାଓ୍ୱା ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି । ଗୋଟିଏ ଦୁଇଟି ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ । ମନେକରାଯାଉ ଗୋଟିଏ ଅନ୍ଧାର ଘରେ ଗୋଟିଏ ଆଲୋକ ବିନ୍ଦୁ ଉପସ୍ଥାପନ କରିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଗଲା । ଅନ୍ଧାର ଘରଟି ପୂରାପୂରି ଅନ୍ଧାର । ସୁତରାଂ ଏହି ଆଲୋକ ବିନ୍ଦୁଟି ସ୍ଥିର ରହିଥିଲେ ମଧ ଏହା ଅସ୍ଥିର ଓ ଗତିଶୀଳ ଦେଖାଯିବ । ଘରେ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଏହା କେଉଁ ଦିଗକୁ ଗତି କରୁଛି ଏବଂ କେତେଦୂର ଗତିକରୁଛି ବୋଲି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଇପାରେ । କେହି କେହି ଏହା ବାମକୁ ଯାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟମାନେ ଡାହାଣକୁ ଯାଉଛି ବୋଲି ଉତ୍ତର ଦେବେ । କେହି ଏକ ସେଣ୍ଟିମିଟର କେହି ଦୁଇ ସେଣ୍ଟିମିଟର ଏବଂ କେହି କେହି ତିନି ସେଣ୍ଟିମିଟର ବା ଅଧିକା ଯାଉଛି ବୋଲି ଉତ୍ତର ଦେବେ । ଉତ୍ତରସବୁ ବିକ୍ଷିପ୍ତ ଓ ଅନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ରହିବ । ଏପରି ଉତ୍ତରଭଙ୍ଗୀ ପ୍ରତ୍ୟାଶିତ । ମାତ୍ର ମନେ କରାଯାଉ ଗବେଷକ ଏହି ପ୍ରକୋଷ୍ଠରେ ନିଜର କିଛି ଲୋକଙ୍କୁ ରଖିଥିବେ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଏକ ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ (ଯଥା – ଆଲୋକ ବିନ୍ଦୁଟି ବାମଦିଗକୁ ୭ ସେ.ମି. ଯାଉଛି) ଉତ୍ତର ଦେବେ । ଗବେଷକଙ୍କର ଏହି ଲୋକମାନେ ପ୍ରତିଥର ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲା ପରେ ଏକା ପ୍ରକାର ଉତ୍ତର ଦେବେ । କୋଠରୀରେ ଥିବା ଅନ୍ୟମାନେ ଜାଣିବେ ନାହିଁ ଯେ ଏହି ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଗବେଷକଙ୍କର ନିଜ ଲୋକ । ସବୁଲୋକ ଏକାପରି ଦର୍ଶକ, ଏପରି ଧାରଣା ଦିଆଯିବ ।

ଏପରି ପରିବେଶ ସୃଷ୍ଟି କରାଯାଇ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଥରକୁ ଥର ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିହେବ । ଲୋକମାନେ ହୁଏତ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅନୁମାନକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଉତ୍ତର ଦେବେ । ମାତ୍ର ଏପରି ପରୀକ୍ଷା କିଛି ସମୟ ଚାଲୁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ରହିଲେ ଦଳେଲୋକ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ (ଯଥା-ବାମ ଦିଗକୁ ସାତ ସେଣ୍ଟିମିଟର ଯାଉଛି) ଉତ୍ତର ଦେଲାପରେ ଲୋକମାନେ ନିଜର ନିଷ୍ପତ୍ତି ଧୀରେ ଧୀରେ ବଦଳାଇ ଏହି ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉତ୍ତର ଦେବାର ପ୍ରବୃତ୍ତି ଦର୍ଶାଇବେ । ଅବଶ୍ୟ ସବୁଲୋକ ଯେ ଏକ ସମୟରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ବଦଳାଇ ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଭାବିତ ହେବେ, ସେକଥା କୁହାଯାଇନାହିଁ । ମାତ୍ର କେତେ ସମୟପରେ ଲୋକମାନେ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛନ୍ତି ଏବଂ କେଉଁମାନେ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଛନ୍ତି, ତାହା ସ୍ଥିର କରାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । ଏହିପରି ପରିବେଶସବୁର ଆୟୋଜନ କରାଯାଇ ନାରୀ ପୁରୁଷଙ୍କର ତୁଳନାତ୍ମକ ଚିତ୍ର ଦିଆଯାଇଛି । ଏଥିରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଖୁବ୍ ବେଶି ନୁହେଁ ।

ନାରୀମାନଙ୍କୁ ସହଜରେ ପ୍ରଭାବିତ କରାଯାଇପାରେ, ସିଧାସଳଖ ଭାବରେ ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବିଜ୍ଞାନ-ସମ୍ମତ ନୁହେଁ । ମୂଳ କାରଣ ହେଉଛି ପଦପଦବୀ । ପତି ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ଏବଂ ଡାକ୍ତର ନର୍ସକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ସମୟରେ ପ୍ରଭାବିତ ହେଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଜଣକ କେବଳ ନାରୀ ନୁହଁନ୍ତି, ସେ ନିମ୍ନ ପଦବୀର ଅଧିକାରୀ । ବଡ଼ ବଡ଼ ସଂସ୍ଥାର ନେତୃସ୍ଥାନୀୟ ପଦବୀରେ ରହିଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ସମାନ ମାତ୍ରାର ପ୍ରଭାବ ପକାଇ ଥାଆନ୍ତି । ସେମାନେ ମଧ୍ୟ ସମାନ ପରିମାଣରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଅନ୍ତି । ସୁତରାଂ ସାମାଜିକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ତଳ ସୋପାନରେ ଥିବା ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ପ୍ରଭାବିତ ହେବାର ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣକୁ ଦୁର୍ବଳତାର ଆଖ୍ୟା ଦିଆଯାଇପାରିବ ନାହିଁ ।

ପ୍ରଭାବକ ଓ ପ୍ରଭାବିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆଲୋଚନା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ମଧ୍ୟ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ ଓ ପ୍ରରୋଚିତ କଲାବେଳେ କେଉଁ ଅନୁକ୍ରିୟା (Interaction) ଶୈଳୀ ବ୍ୟବହାର କରେ ? ଦଳଗତ ଆଲୋଚନା ଚାଲିଥିବା ସମୟରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ କିପରି ଶୈଳୀର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି, ସେ ବିଷୟରେ ଅନୁଶୀଳନ କରାଯାଇଛି । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ନାରୀମାନେ ନାରୀ-ପୁରୁଷର ସମ୍ମିଳିତ ଦଳରେ ଯେଉଁ ଶୈଳୀ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି କେବଳ ନାରୀ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ଦଳରେ ସେପରି ଶୈଳୀ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେହିପରି ପୁରୁଷମାନେ କେବଳ ପୁରୁଷ ଉପସ୍ଥିତ ଥିବା ଦଳରେ ଯେଉଁ ଶୈଳୀର ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି, ନାରୀ-ପୁରୁଷର ସମ୍ମିଳିତ ଦଳରେ ସେପରି କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସହିତ ଅଧିକ ବିରୁଦ୍ଧ ମତ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ ଭିନ୍ନମତ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ କେବଳ ପୁରୁଷ କିମ୍ବା କେବଳ ନାରୀଥିବା ଦଳରେ ଅଧିକ ଯୁକ୍ତିତର୍କ ଏବଂ ବାକ୍‌ବିତଣ୍ଡା ପ୍ରକାଶ ପାଉଥିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀ-ପୁରୁଷର ସମ୍ମିଳିତ ଦଳରେ ବିରୁଦ୍ଧ ମନୋଭାବର ମାତ୍ରା କମ ରହେ ।

ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବା ସମୟରେ ଉଭୟେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସଚେତନ ଥାଆନ୍ତି ଯେ ସହମତି ଅଧିକ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରିବ ଏବଂ ବିରୁଦ୍ଧମତ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାରରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି

Digitized by srujanika@gmail.com

କରିବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଅନ୍ତତଃ ଆଲୋଚନାର ପ୍ରାଥମିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଉଭୟେ ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ସଫଳହେବା ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟରେ ସହମତି ଦର୍ଶାଇବାର ଉଦ୍ୟମ କରନ୍ତି ।

ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗୋଟିଏ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ରହିଛି । ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ ଭାବିଥାଉ ଯେ ଅନ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଭାବହୀନ । ସେ କେବଳ ପ୍ରଭାବିତ ହୁଏ, ମାତ୍ର ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ ନାହିଁ । ମାତ୍ର ଏହା ସତ୍ୟ ନୁହେଁ । ନିର୍ଭରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିପାରେ । ବିଶେଷତଃ ନାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଆନ୍ତି । ନିଜର ଅକ୍ଷମତା ବା ଅସୁସ୍ଥତା ଯୋଗୁଁ ନାରୀ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ନାରୀକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ନାରୀ ଆପେ ଆପେ ନିଜକୁ ପ୍ରଭାବର ବଳୟ ମଧ୍ୟକୁ ଆଣିଥାଏ । ସେ ଏପରି ନିର୍ଭରଶୀଳ (Dependent) ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷ ନିର୍ଭରଶୀଳ ବ୍ୟକ୍ତି ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ନହୋଇ ବରଂ ତା ଉପରେ ପ୍ରଭୁତ୍ୱ ଜାରୀ କରିବାର ଉଦ୍ୟମ କରେ । ସ୍ଥୂଳତଃ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର କରିବା ଏବଂ ପ୍ରଭାବିତ ହେବାର ପରିସ୍ଥିତି ନାରୀପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ସମ୍ଭାବନା ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ ।

ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର ସମ୍ପର୍କରେ

୧. ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ସହଜ ଭାବରେ ପ୍ରଭାବିତ ହୋଇଥାନ୍ତି ।

୨. ନାରୀମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଗହଣରେ କ୍ରିୟାଅନୁକ୍ରିୟା (Interaction) ଏବଂ ପୁରୁଷମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସମାବେଶରେ କ୍ରିୟାଅନୁକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ କରିବା ସମୟରେ ନାରୀ–ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ପ୍ରକାଶପାଏ । ମାତ୍ର ଗୋଟିଏ ଦଳରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ମିଶାମିଶି ରହିଥିଲେ ନାରୀଜନୋଚିତ ଏବଂ ପୁରୁଷୋଚିତ ଶୈଳୀ ସ୍ପଷ୍ଟଭାବେ ପ୍ରକାଶିତ ହୋଇନଥାଏ ।

୩. ପୁରୁଷମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ମତପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାନ୍ତି, ନାରୀଠାରୁ କମ୍ ମତପାର୍ଥକ୍ୟ ଦର୍ଶାନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଅଧିକ ନାଟକୀୟତା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

୪. ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଏକାପ୍ରକାର ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାର ଶୈଳୀ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି ।

୫. ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିଟି ନିର୍ଭରଶୀଳ ଓ ଅସହାୟ ହୋଇଥିଲେ ନାରୀମାନେ ସେହି ବ୍ୟକ୍ତିର ମତାମତକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନେବାର ମନୋଭାବ ଦର୍ଶାନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅନ୍ୟବ୍ୟକ୍ତିଟି ଦୃଢ଼ ଏବଂ ସ୍ୱାଧୀନ ମତବ୍ୟକ୍ତ କରୁଥିଲେ ତାହାର ମତାମତକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନେବାର ମନୋଭାବ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅନ୍ୟ-ମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତି

ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ଜୀବନ କ୍ରମଶଃ ଆତ୍ମସର୍ବସ୍ୱ ହୋଇପଡୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଏପରି ମନୋବୃତ୍ତି କମ୍ । ବରଂ ଏବେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱରେ ଅନ୍ୟ-ମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତିର ସବୁଛାପ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥ ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ପରିବର୍ତ୍ତେ ଅନ୍ୟର ସହାୟକ ହେବାର ଇଚ୍ଛା ଏମାନଙ୍କ ଚରିତ୍ରରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ ।

ଅନେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀର ବିଧିବଦ୍ଧ ସହାୟତାଲାଭ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଜଣକ ତାଙ୍କର ସ୍ୱାମୀ, ମାଲିକ କିମ୍ବା ପୁତ୍ର ହୋଇପାରନ୍ତି । ନାରୀ କେତେ ପରିମାଣରେ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିବୃଦ୍ଧି ଭୁଲି ଅନ୍ୟର ସେବାରେ ନିଜକୁ ଉତ୍ସର୍ଗ କରିଛି, ତାହା ତାର ଆତ୍ମ-ମୂଲ୍ୟାୟନର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରେ । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ଅବସ୍ଥାରେ ତା'ର ମନୋବୃତ୍ତି ତା'ର ଆତ୍ମପ୍ରୀତିବର୍ଦ୍ଧନ କରେ । ଉଦାହରଣ ସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ନାରୀର ତ୍ୟାଗ ସ୍ୱାମୀ-ପ୍ରେରିତ ହୋଇଥିଲେ ସେ ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ରୁଚିମତେ ନିଜକୁ ସଜାନ୍ତି । ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ଶ୍ରେୟପେୟର ହିସାବ ରଖନ୍ତି । ସ୍ୱାମୀଙ୍କର ଆନନ୍ଦକୁ ଚାହିଁ କାର୍ଯ୍ୟସବୁ କରିଥାନ୍ତି । ଏକ ପ୍ରକାର ଆତ୍ମ-ବିଭୋରତା ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ଜୀବନୀଶକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ଦିନ ଦିନ ଓ ବର୍ଷ ବର୍ଷଧରି ଏପରି ଅନ୍ୟ ମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତିର ପରିଣତି ଚିରଦିନ ସନ୍ତୋଷଦାୟକ ନହୋଇ ବିଦ୍ରୋହ ମନୋଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରେ । ମୁଖ୍ୟତଃ ସମାଜର ରୀତିନୀତି ଏବଂ ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ନାରୀମାନଙ୍କର ଯେଉଁ ପ୍ରତିଚ୍ଛବି ସୃଷ୍ଟିକରିଥାଏ, ତାହା ଏପରି ଅନ୍ୟ-ମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତିକୁ ବଳବତୀ ରଖିଥାଏ । ପୁଣି ଇତିହାସ, ପାଠ୍ୟପୁସ୍ତକ, ଦୂରଦର୍ଶନ ଏବଂ ବିଜ୍ଞାପନସବୁ ନାରୀର ଆତ୍ମ-ତ୍ୟାଗର ଭୂମିକାଟିକୁ ବାରମ୍ବାର ମନେପକାଇ ଦିଅନ୍ତି ।

ଆମର ପୌରାଣିକ ସାହିତ୍ୟରେ ରାମାୟଣ ବର୍ଣ୍ଣିତ ସୀତାଙ୍କ ତ୍ୟାଗ କାହାଣୀ ଏ ଦେଶରେ ଅସ୍ଥିମଜ୍ଜାଗତ । ମହାଭାରତରେ ବର୍ଣ୍ଣିତ କୁନ୍ତୀ ଚରିତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ସୂଚନା ମିଳେ । ସେ ନିଜର ତିନିପୁତ୍ରଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମାଦ୍ରୀ ସୁତ ନକୁଳ ଓ ସହଦେବଙ୍କ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସ୍ନେହ ପ୍ରକଟ କରୁଥିଲେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶୈଶବ କାଳରୁ ଶିଶୁକନ୍ୟା ଲକ୍ଷ୍ୟକରେ ଯେ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଉଛି । ପରିବାରରେ ମା'ର ଭୂମିକା ଗୌଣ ରୂପ ନେଉଛି । ବାପାଙ୍କ ଚାହିଦା ଅନୁଯାୟୀ ଅନ୍ୟସବୁ ବିଷୟ ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହେଉଛି । ବିବାହ, ଭୋଜି ଏବଂ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ପର୍ବପର୍ବାଣୀ ସମୟରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ରୁଚିକୁ ଚାହିଁ ବହୁ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ଆୟୋଜନ କରାଯାଉଛି । ମା'ମଧ୍ୟ ଏହି ପୁରୁଷ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥିବା ବ୍ୟବସ୍ଥାଗୁଡ଼ିକର ଆୟୋଜନରେ ନିଜେ ଯତ୍ନଶୀଳା ହେଉଛନ୍ତି । ଏପରିକି ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ ପୁଅର ରୁଚିକୁ ଅଧିକା ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଛି । ଖାଦ୍ୟଦ୍ରବ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିବା ପୂର୍ବରୁ ପୁଅର ମତାମତ ନିଆଯାଉଛି । ପୁଣି ଭୋଜନ ପରେ ଖାଦ୍ୟ କିପରି ଲାଗିଲା ବୋଲି ବେଶିଥର ପୁଅକୁ ପଚରାଯାଉଛି । ନିତ୍ୟନୈମିତ୍ତିକ ଜୀବନରେ ଏପରି ସବୁ ଅନୁଭୂତି ମଧ୍ୟଦେଇ ଗତି କରୁଥିବାରୁ ବାଳିକାଟି ଶିକ୍ଷା କରେ ଯେ ଅନ୍ୟକୁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ କରିବା ତା'ର ଚିରାଚରିତ ଧର୍ମ ।

ମା'ର ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଶା କନ୍ୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ମା'କୁ ନମୁନା (Role model) ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରି କନ୍ୟା ନିଜର ଜ୍ଞାତସାରରେ ଏବଂ ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଅନ୍ୟମଙ୍ଗଳକାମୀ ମନୋବୃତ୍ତିର ବିକାଶ ଘଟାଏ ।

ମା ତୁଳନାରେ ବାପା ନିଜର କନ୍ୟାକୁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ସମୟ ଦେଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ତାଙ୍କର ପ୍ରଭାବ ସେହି ତୁଳନାରେ କମ୍ ହୋଇନଥାଏ । ନାରୀମାନଙ୍କର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଆତ୍ମବିକାଶ (Self-improvement) କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିତାଙ୍କର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଥିବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । 'ସୁନାଝିଅଟିଏ' କରିବାକୁ ଚାହୁଁଥିବା ପିତା ଅନୁରୂପ ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ମାଧ୍ୟମରେ କନ୍ୟାର ଏକ ପ୍ରକାର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ଆତ୍ମନିର୍ଭରଶୀଳ ହୋଇ ପେସାଗତ ଦାୟିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହେଉ, ଏପରି ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରୁଥିବା ପିତା ଅନ୍ୟପ୍ରକାର ବ୍ୟବହାର ଦର୍ଶାନ୍ତି । ମୋଟ ଉପରେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ଜଣେ ନାରୀ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷ ଏବଂ ଅନ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ମଧ୍ୟରେ କି ପ୍ରକାର ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବ, ତାହା ବହୁପରିମାଣରେ ପିତାଙ୍କ ସମନ୍ୱୟଶୀଳ ପରିଚାଳନା ଉପରେ ନିର୍ଭର କରିଥାଏ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ

ସାହାଯ୍ୟ ଦେବା ନଦେବାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଜୀବନର ଏକ ନିତ୍ୟନୈମିତ୍ତିକ ଘଟଣା । ଧରାବନ୍ଧା ଜୀବନର ଘଟଣା ପ୍ରବାହରେ ପ୍ରତିଦିନ ଦେବାନେବାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଉପୁଜେ । ଅନ୍ୟର ଅନୁରୋଧରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର ଇଚ୍ଛାଅନିଚ୍ଛା ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ପୁଣି ଅନ୍ୟର ଜଟିଳ କିମ୍ବା ବିପଦ ଅବସ୍ଥାରେ ତାକୁ ରକ୍ଷା କରିବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନର ଇଚ୍ଛାଅନିଚ୍ଛାର ସଂଘର୍ଷ ଉପୁଜିପାରେ । ସ୍ଥୂଳତଃ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ଏକକ ବ୍ୟବହାର ନୁହେଁ । ଏହା ବିଭିନ୍ନ ଶ୍ରେଣୀର ହୋଇପାରେ ।

ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ସମ୍ପର୍କ-ସମ୍ବନ୍ଧିତ ସାହାଯ୍ୟ । କୌଣସି ଗୋଟିଏ ସମ୍ପର୍କର ସୂତାରେ ବନ୍ଧା ହୋଇ ରହିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ଧରଣର ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ ସକ୍ରିୟ ଥାଏ, ତାହା ଏହି ପ୍ରକାରର । ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ସାହାଯ୍ୟ, ଗୋଟିଏ ଦଳ ବା ଗୋଷ୍ଠୀର ସଦସ୍ୟମାନଙ୍କର ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ସାହାଯ୍ୟ ଏହାର ଉଦାହରଣ । ଗୋଟିଏ ସଂସ୍ଥାର କର୍ମଚାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ପରସ୍ପରକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟଧରଣର ସାହାଯ୍ୟଟି ହେଉଛି ସାହସିକ ବା ବୀରତ୍ୱଧର୍ମୀ ସାହାଯ୍ୟ । ସାହାଯ୍ୟ ସମୟରେ ଜୀବନର କ୍ଷତି ଏପରିକି ମୃତ୍ୟୁର ଆଶଙ୍କା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ବୀରତ୍ୱଧର୍ମୀ ସାହାଯ୍ୟ । ଜଳରେ ବୁଡ଼ିଯାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା ଏବଂ ଅଗ୍ନିକବଳରେ କବଳିତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବାର କାର୍ଯ୍ୟ ଏ ଶ୍ରେଣୀର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ।

ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ମଧ୍ୟ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନକୁ ଦୁଇଭାଗରେ ବିଭକ୍ତ କରାଯାଇପାରେ । କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଅନ୍ୟର ଅନୁରୋଧ କ୍ରମେ ସାହାଯ୍ୟ ଦିଆଯାଇଥାଏ । ସହକର୍ମୀଙ୍କ ଅନୁରୋଧରେ ହୁଏତ ଜଣେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ । ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଶିକ୍ଷକଙ୍କ ସହାୟତା ପ୍ରାର୍ଥନା କରନ୍ତି । ଏସବୁକୁ ଅନୁରୋଧ-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ କୁହାଯାଇପାରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଅନୁରୋଧ କରା ନ ଗଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିର ଆବଶ୍ୟକତାକୁ ଚାହିଁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାରେ ଜଣେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୋଇପାରେ । ଅନ୍ୟଜଣେ ସାହାଯ୍ୟ ଦରକାର କରୁଛି, ଏପରି ପ୍ରତ୍ୟକ୍ଷ ଅନୁଭୂତି ପରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିବାର ମନୋବୃତ୍ତି ଓ କ୍ରିୟା ଏ ଧରଣର । ଏହା ଆବଶ୍ୟକତା-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ପୁରୁଷର ତୁଳନାତ୍ମକ ଚିତ୍ର ଦେବାବେଳେ ସାହାଯ୍ୟର ପ୍ରକାର-ଭେଦକୁ ବିଚାରକୁ ନେବାକୁ ହେବ । ସାଧାରଣ ଭାବରେ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନକାରୀ ହିସାବରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ଅଧିକ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ମାତ୍ର ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀ-ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଏହି ପାର୍ଥକ୍ୟ କ୍ରମଶଃ କମିବାରେ ଲାଗିଛି । ପୁଣି ସମ୍ପର୍କ-ସମ୍ବନ୍ଧିତ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଗ୍ରଣୀ । ନିଜର ପରିବାର ଓ ପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମେଳରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସହାୟକ । ସହାନୁଭୂତିଶୀଳ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଗୁଣ ଅଧିକ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିବାରେ ସେମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବୃତ୍ତ କରେ । ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥକୁ ପଛରେ ରଖି ଅନ୍ୟର ଚାହିଦାକୁ ଆଗରେ ରଖିବାର ମାନସିକତା ସେମାନଙ୍କୁ ସାହାଯ୍ୟକାରୀର ଭୂମିକା ଦିଏ । ନିଜ ଦଳରେ, ପରିବାରରେ ଏବଂ କର୍ମସଂସ୍ଥାନରେ ସେମାନେ ଏପରି ସମ୍ପର୍କ-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ ଅଧିକ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି ।

ମାତ୍ର ବିପଦର ସମ୍ଭାବନା ଥିବା ପରିସ୍ଥିତିରେ ସେମାନେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ସାହସିକତା ବା ବୀରତ୍ୱଧର୍ମୀ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ଖୁବ୍ ଅଗ୍ରସର । ବନ୍ୟା, ଭୂକମ୍ପପରି ପ୍ରାକୃତିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସମୟରେ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ଉଦ୍ଧାର କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଅବଦାନ ସ୍ୱୀକାର୍ଯ୍ୟ । ସେହିପରି ନିଜ ଜୀବନକୁ ବିପଦରେ ପକାଇ ବିପଦଗ୍ରସ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ନାରୀ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଆଗଭର ହୁଅନ୍ତି । ଆମେରିକା ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ରର କାର୍ନିଗ୍ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ତରଫରୁ ପ୍ରତିବର୍ଷ ଦୁଃସାହସିକ ଭାବରେ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କୃତ କରାଯାଏ । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଏ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ୧୦,୦୦୦ରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ଦିଆଯାଇଛି । ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ୯ ପ୍ରତିଶତ । ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ବୀରତ୍ୱଧର୍ମୀ ସାହାଯ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଗ୍ରଣୀ ।

ଆମ ଦେଶରେ ସାଧାରଣତନ୍ତ୍ର ଦିବସରେ ସାହସିକ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଯେଉଁ ପୁରସ୍କାର ଦିଆଯାଉଛି, ତାହାର ନିର୍ଭୁଲ ସଂଖ୍ୟା ଜଣା ନଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବାଳକମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ଅଧିକ ହୋଇଥିବାରୁ ସମପର୍ଯ୍ୟାୟଭୁକ୍ତ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ନିଆଯାଇପାରେ ।

ସାହାଯ୍ୟ ଦେବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ସାହାଯ୍ୟ ନେବା ସମ୍ପର୍କରେ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଥାନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷଠାରୁ ସମାନ ପରିମାଣରେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ନାରୀମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷଠାରୁ ଅଧିକ ସାହାଯ୍ୟ ପାଆନ୍ତି ।

ସାହାଯ୍ୟଦେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ପୁରୁଷର ପାର୍ଥକ୍ୟ ବୁଝିବାକୁ ଏବଂ ବୁଝାଇବାକୁ ବେଶି ଦୂର ଯିବାକୁ ପଡ଼ିବ ନାହିଁ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ସାମାଜିକ ଭୂମିକାର ଭିନ୍ନତା

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହାର ମୂଳକାରଣ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ସମ୍ପର୍କରେ ସାମାଜିକ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ବହୁବାର ଆଲୋଚିତ ହୋଇଛି । ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଗୋଷ୍ଠୀ-ଅଭିମୁଖୀ ନାରୀ ପାଖରୁ ସମ୍ପର୍କ-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ମିଳିବା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପରିବାରରେ, ସଂଘରେ ଏବଂ କର୍ମସଂସ୍ଥାନରେ ନାରୀ ବେଶି ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନକାରୀ ।

ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷପାଇଁ କେବଳ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବି ଭିନ୍ନ ନୁହେଁ । ପେସାଗତ ଭୂମିକା ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ ଧରଣର । ସାମରିକ ବାହିନୀରେ ଓ ଅଗ୍ନିଶମ ସଂସ୍ଥାରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରନ୍ତି । ଆତ୍ମସୁରକ୍ଷାର କୌଶଳରେ କୁଶଳୀ ହେବାପାଇଁ ଏମାନଙ୍କଠାରୁ ପ୍ରତ୍ୟାଶା କରାଯାଏ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଦୁଃସାହସିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଆଗଭର ହେବାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ମଧ୍ୟ ରଖାଯାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆତ୍ମ-ସୁରକ୍ଷାର କୁଶଳତାର ଅଭାବ ଏବଂ ବିପଦର ସମ୍ଭାବନା ନାରୀମାନଙ୍କୁ ବୀରତ୍ୱଧର୍ମୀ ସାହାଯ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତିରୁ ଦୂରେଇ ରଖେ ।

ପୁଣି ଅନୁରୋଧ-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ – ବ୍ୟବହାର ସମୟରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଉପାଦାନ ସ୍ପଷ୍ଟ । ସାମାଜିକ, ରାଜନୈତିକ ଏବଂ ଅର୍ଥନୈତିକ ସ୍ତରରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଉଚ୍ଚ ପଦପଦବୀର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବାରୁ ଉପର ସ୍ତରର ଅନୁରୋଧ ସହଜରେ ଏଡ଼ାଇହୁଏ ନାହିଁ । ଏଠାରେ ଅନୁରୋଧ ପ୍ରଚ୍ଛନ୍ନ ଆଦେଶର କାମ କରେ । ସୁତରାଂ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ଅନୁରୋଧ-ଭିତ୍ତିକ ସାହାଯ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି ।

ସାମାଜିକ ଓ ଜୀବିକାସ୍ତରରେ ଯେଉଁ ଦ୍ରୁତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟୁଛି, ତାହା ନାରୀ-ପୁରୁଷର ସାହାଯ୍ୟ-ପ୍ରଦାନ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ କମାଉଛି ଏବଂ କମାଇବ । ହକି, କ୍ରିକେଟ ଓ ଫୁଟ୍‌ବଲ୍ ପରି ପୂର୍ବର ପୁରୁଷ-ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥିବା ଖେଳସବୁ ନାରୀମାନେ ଆୟତ୍ତ କଲେଣି । ସାମରିକ ବିଭାଗରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ସଂସ୍କାର ଘଟି ନାରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରବେଶ ଆରମ୍ଭ ହୋଇଛି । ଏସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ନାରୀର ଆଗାମୀ ଭୂମିକାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାମାଜିକ ସଙ୍ଗଠନରେ ନାରୀ

ପରିବାର, ଧର୍ମାନୁଷ୍ଠାନ, ସଭାସମିତି ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ସାମାଜିକ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ନାରୀର କ୍ଷମତା ଓ ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ଯଥେଷ୍ଟ ବୃଦ୍ଧିପାଇଛି । ଇସ୍ରାଏଲ, ବ୍ରିଟେନ, ଭାରତ, ଶ୍ରୀଲଙ୍କା ଓ ବାଙ୍ଗଲାଦେଶର ଶାସନ ଶୀର୍ଷରେ ମହିଳାମାନେ କ୍ଷମତାସୀନ ହୋଇପାରିଛନ୍ତି । ନାରୀପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟବଧାନ ବହୁ ପରିମାଣରେ କମିଥିଲେ ମଧ୍ୟ କ୍ଷମତା ଓ ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଭ କରିବାର ଅଭିଳାଷ ନାରୀମାନଙ୍କର ପୂର୍ଣ୍ଣାଙ୍ଗ ରୂପ ନେଇପାରିନାହିଁ । କ୍ଷମତା ଓ ପ୍ରତିପତ୍ତି ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଦିଗରେ ସଂଗ୍ରାମ ଅବ୍ୟାହତ ଥିବା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଐତିହାସିକ କାରଣସବୁକୁ ମଧ୍ୟ ଅନୁଧ୍ୟାନ କରିବାକୁ ହେବ । ସମାଜରେ ଉପଲବ୍ଧ ସମ୍ବଳ ସବୁରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କାହିଁକି ଅଧିକ ପ୍ରବେଶ ରହିଛି, ତାହାର କାରଣ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ନୃତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନେ ମନୁଷ୍ୟର ପୁରାତନ ସାମାଜିକ ସଙ୍ଗଠନର ଅଭ୍ୟୁଦୟ ଓ ବିକାଶ ଅନୁଶୀଳନ କରି କେତୋଟି ଉପାଦେୟ ତଥ୍ୟ ଉପସ୍ଥାପିତ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ ପ୍ରାୟ ୮୯ ପ୍ରତିଶତ ସମାଜରେ ବିବାହିତ ଦମ୍ପତି ପତି କିମ୍ବା ପତ୍ନୀଙ୍କ ପିତାମାତାଙ୍କ ପାଖରେ ରହନ୍ତି । ପୁଣି ଏମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଅଧିକାଂଶ ଦମ୍ପତି ପତିଙ୍କ ପିତାମାତାଙ୍କ ପାଖରେ ରହନ୍ତି । ପ୍ରାୟ ୮୩ ପ୍ରତିଶତ ସମାଜରେ ପୁତ୍ର କିମ୍ବା କନ୍ୟା ଉତ୍ତରାଧିକାରୀ ସୂତ୍ରରେ ପିତାମାତାଙ୍କର ସମ୍ପତ୍ତିର ଭାଗୀଦାର ହୁଅନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ସମୟ କ୍ରମେ ଏପରି ପୁରୁଷ-ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥିବା ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଏବଂ ସମତାରକ୍ଷାକାରୀ ଆଇନର ପ୍ରବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ପୂର୍ଣ୍ଣ ସମାନତା ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୋଇନାହିଁ ।

ପୁରୁଷଙ୍କ କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱରେ କାହିଁକି ଅଧିକ ସମ୍ବଳ ରହିଛି, ଏହା ଏକ ବିରାଟ ପ୍ରଶ୍ନ । ମାତ୍ର ଏ ପ୍ରଶ୍ନଟିର ଉତ୍ତର ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ । ତାହା ହେଉଛି ବିବାହିତ ଦମ୍ପତି ପତିଙ୍କର ବାପମା'ଙ୍କ ପାଖରେ ବସବାସ କରନ୍ତି କାହିଁକି ?

ପୁରୁଷକୈନ୍ଦ୍ରିକ ବାସସ୍ଥାନ ଗଠନ ମୂଳରେ ଜୀବନ ଧାରଣ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ମୁଖ୍ୟକାର୍ଯ୍ୟ (ଯଥା : ଶିକାର ଓ କୃଷି ଇତ୍ୟାଦି) ଗୁଡ଼ିକର ଭୂମିକା ଦାୟୀ ବୋଲି କୁହାଯାଇଛି । ବଞ୍ଚିରହିବା ପରି ମୌଳିକ ଓ ଅତ୍ୟାବଶ୍ୟକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପୁରୁଷମାନେ ମୁଖ୍ୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବାରୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ କେନ୍ଦ୍ରକରି ପରିବାର ପରି ସାମାଜିକ ସଙ୍ଗଠନ ଗଢ଼ିଉଠିବାର ଦେଖାଯାଇଛି । ଏହା ସହିତ ଆଉ ଗୋଟିଏ କାରଣ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହେବାର ମଧ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ ।

ସାଧାରଣତଃ ସମାଜରେ କିଛି ନା କିଛି ଅନ୍ତର୍ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ରହିଥାଏ । ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ଏବଂ ଗୋଷ୍ଠୀ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ବିବାଦ ଏବଂ ସମୟ ସମୟରେ ସଂଘର୍ଷ ଉପୁଜେ । ଭାଷା,

Digitized by srujanika@gmail.com

ଧର୍ମ ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ଉପାଦାନକୁ ଭିତ୍ତିକରି ଦଳଗତ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ସୃଷ୍ଟିହୁଏ । ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଓ ସଂଘର୍ଷରୁ ରକ୍ଷାକରି ପରିବାର ଓ ନିଜର ସାମାଜିକ ସଙ୍ଗଠନକୁ ସୁରକ୍ଷା (Security) ଯୋଗାଇବାର ଦାୟିତ୍ୱ ପୁରୁଷମାନେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି । ଏହି ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସଙ୍ଗଠନର ସମ୍ବଳ ଉପରେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ ।

ବିଶ୍ୱର କେତେକ ଆଦିମ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ କେତେକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର କ୍ଷମତାର ଅଧିକାରୀ । ସେମାନେ ବଡ଼ମାନଙ୍କ ସହିତ ଯୁକ୍ତି କରିପାରନ୍ତି ଏବଂ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଗାଦିଚ୍ୟୁତ କରିପାରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାବେଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ନିଅନ୍ତି ଏପରିକି ନିଜର ଭାବବ୍ୟକ୍ତ କଲାବେଳେ ପୁରୁଷମୁଖରେ ନିଜର ଅଭିମତ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ।

କେତେକ ନୃତତ୍ତ୍ୱବିତ୍‌ମାନଙ୍କ ମତରେ ସାମାଜିକ ବିବର୍ତ୍ତନର ଆଦ୍ୟସ୍ତରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଭୂମିକା ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ସମ୍ବଳର ଅଧିକାରୀ କରିଛି । ପୂର୍ବେ ଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ମୁଖ୍ୟତଃ ପୁରୁଷମାନେ ଦାୟିତ୍ୱ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିଲେ । ଏବେ ମଧ୍ୟ ଯୁଦ୍ଧକାଳୀନ ପରିସ୍ଥିତିରେ ପୁରୁଷମାନେ ବେଶିଭାଗର ଦାୟିତ୍ୱ ନିଅନ୍ତି । ଇସ୍ରାଏଲପରି କଠୋର ସାମରିକ ଆଇନ ଥିବା ଦେଶରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ଯୁଦ୍ଧଭୂମିର ଅନୁଭୂତି ସୀମିତ । ଏପରି ଦାୟିତ୍ୱ ନେବା ଫଳରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସମ୍ବଳ ହାସଲ କଲେ । ନିରାପତ୍ତା ଓ ସୁରକ୍ଷା ଗୋଟିଏ ଗୋଷ୍ଠୀର ଏକ ଜରୁରୀ ଆବଶ୍ୟକତା ହୋଇଥିବାରୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଏହାର ଦାୟିତ୍ୱ ଦିଆଯିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ କେତେକ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ମଧ୍ୟ ଦିଆଗଲା । ସେମାନେ ପାଖରେ ରହି ନିରାପତ୍ତାର ଦାୟିତ୍ୱ ନେଲେ ଏବଂ ଯୁଦ୍ଧସମୟରେ ସଂଗ୍ରାମ ପାଇଁ ଦୂରକୁ ଗଲେ ।

ଦୂରକୁ ଯିବା ଫଳରେ ବାହ୍ୟଜଗତ ସହିତ ସଂଯୋଗ ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିପାଇଲା । ବାହ୍ୟଜଗତ ସହିତ ଅଧିକ ସଂଯୋଗ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରୁଥିବାରୁ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ଜ୍ଞାନ ଓ ଅଧିକ କୁଶଳତାର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ବିଚାର କରାଗଲା । ସୁତରାଂ ସେମାନଙ୍କୁ ସମ୍ବଳ ଓ ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଯୋଗାଇ ଦିଆଗଲା ।

ବାହ୍ୟଜଗତ ସହିତ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ ଘଟାଉଥିବାରୁ ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ସମ୍ବଳର ଅଧିକାରୀ । ଏହାର ଗୋଟିଏ ପରୋକ୍ଷ ପ୍ରମାଣ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ସାଧାରଣତଃ ସ୍ଥାୟୀ ଭାବରେ ବସବାସ କରୁଥିବା କୃଷିପ୍ରଧାନ ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଯେତେ ପରିମାଣରେ କ୍ଷମତାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଆନ୍ତି, ଗୋଟିଏ ଭ୍ରମଣଶୀଳ (Migratory) ସମାଜରେ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ କ୍ଷମତାର ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି । ସ୍ଥାୟୀ ସମାଜ ଅପେକ୍ଷା ଭ୍ରମଣଶୀଳ ସମାଜରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟର ପରିମାଣ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ । ମୋଟ ଉପରେ ସମାଜ ସଙ୍ଗଠନର ଅଭ୍ୟୁଦୟ କାଳରୁ ନିରାପତ୍ତା ରକ୍ଷାପରି ଜରୁରୀ ଦାୟିତ୍ୱର ପରିଚାଳନା ଏବଂ ବାହ୍ୟଜଗତ ସହିତ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷାର ସୁଯୋଗ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ବେଶି ସମ୍ବଳ ଓ ପଦପଦବୀର ସୁବିଧା ଦେଇଛି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦଳରେ କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ସମୟରେ

ମନୁଷ୍ୟ ଏକ ଦ୍ୱୀପ ନୁହେଁ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ କେବଳ ମନୁଷ୍ୟ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରେ ନାହିଁ, ଅନେକ ସମୟରେ ଦଳ ଓ ଗୋଷ୍ଠୀ ମଧ୍ୟରେ ମଣିଷକୁ କାମକରିବାକୁ ପଡ଼ିଥାଏ । ଦଳଟି କ୍ଷୁଦ୍ରତମ ହୋଇ ଦୁଇଜଣିଆ ସଦସ୍ୟ-ବିଶିଷ୍ଟ ହୋଇପାରେ । ଅନ୍ୟ ସମୟରେ ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟରେ ବହୁସଂଖ୍ୟକ ଲୋକ ଉପସ୍ଥିତ ଥାଇପାରନ୍ତି । ପରିବାର, କର୍ମସଂସ୍ଥାନ, ସ୍ୱେଚ୍ଛାସେବୀ ସଂସ୍ଥା ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ସ୍ଥଳରେ ଏକାଧିକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକତ୍ରିତ ହୋଇ ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ଏବଂ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ କରନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ଦଳଗତ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କିପରି ରୂପ ନିଏ, ସେ ବିଷୟରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ଦଳଗତ ଭାବରେ ଆଲୋଚନା କଲାବେଳେ କିମ୍ବା କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନା କଲାବେଳେ ସାଧାରଣତଃ ଦୁଇଟି ଆଭିମୁଖ୍ୟ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ପ୍ରଥମଟି ସକ୍ରିୟ କାର୍ଯ୍ୟ-ଆଭିମୁଖ୍ୟ । ଏପରି ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ କରାଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟର ପଦ୍ଧତି ସମ୍ପର୍କରେ ଅଧିକ ସଚେତନ । କାମଟି କିପରି କରିବାକୁ ହେବ ସେ ଦିଗରେ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୁଅନ୍ତି । କେତେ ସମୟ ମଧ୍ୟରେ ସାରିବାକୁ ହେବ, ସେକଥା ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି । କାମର ପରିମାଣ କେତେ ହେବା ଉଚିତ ସେକଥା ଭାବନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟଟି ସାମାଜିକ-ଆବେଗିକ (Socio-Emotional) ଆଭିମୁଖ୍ୟ । ଦଳଗତ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ସମୟରେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ସୁସମ୍ପର୍କ ବିକାଶ ଏହାର ମୂଳଲକ୍ଷ୍ୟ । ଦଳଗତ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ସମୟରେ ସମସ୍ତେ ସୁଖ ଅନୁଭବ କରନ୍ତୁ, ଏପରି ଭାବନା ରହେ । ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟ ଫଳରେ ସମସ୍ତଙ୍କର ଉନ୍ନତି ଓ ମଙ୍ଗଳ ହେଉ, ଏପରି ଧ୍ୟାନ ରହେ । ସମସ୍ତେ ମାନସିକ ପ୍ରସନ୍ନତା ଲାଭ କରନ୍ତୁ, ଏପରି ଆଭିମୁଖ୍ୟ ନେଇ ଦଳରେ କାମ କରିବାର ଶୈଳୀ ମଧ୍ୟ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଦଳଗତ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ଉତ୍ପାଦନଶୀଳତା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟଲବ୍ଧ ଫଳକୁ ପରିମାଣାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମୂଲ୍ୟାୟନ କଲେ ପୁରୁଷମାନେ ଦଳର ଅଧିକା କାମ କରିଛନ୍ତି ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯାଏ । ବିଶେଷତଃ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସମନ୍ୱୟ ଦର୍ଶାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦଳର ସକାରାତ୍ମକ ଭାବାବେଗକୁ (ମିଜ୍ଜାସ ଓ ହସଖୁସି ଇତ୍ୟାଦି) ବିଚାରକୁ ନେଲେ ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟ ସମୟରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅବଦାନକୁ ଅର୍ଥହୀନ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ ନାହିଁ ।

ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ସମୟରେ ସାଧାରଣତଃ ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟ-ଆଭିମୁଖ୍ୟ (Task) ରହିଥାଏ । ଏହି କାର୍ଯ୍ୟଟି କେତେ ପରିମାଣରେ ସମ୍ପାଦିତ ହେଉଛି ତାହା ଅନେକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସମୟରେ ବିଚାର୍ଯ୍ୟ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସାଧାରଣତଃ କାର୍ଯ୍ୟ-ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଶୈଳୀ ସ୍ୱଭାବଗତ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଗ୍ରଣୀ ହୁଅନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସାମାଜିକ ଆବେଗିକ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ସେମାନଙ୍କର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଆଗ୍ରହ ଓ ଅଭିନିବେଶ (Attention) ମୂଳ କାର୍ଯ୍ୟଠାରୁ ଦୂରେଇ ନେଇ ଅନ୍ୟତ୍ର ନିବଦ୍ଧ ରଖେ । ଦଳରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ହେବା ଦିଗରେ ସେମାନେ ସଚେଷ୍ଟ ହୁଅନ୍ତି । ଫଳରେ ମୂଳ କାର୍ଯ୍ୟ ବା ଉତ୍ପାଦନଶୀଳତା ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପରିବର୍ତ୍ତେ ନାରୀମାନେ ଦଳର ସାମାଜିକ, ଆବେଗିକ ପରିବେଶ ରକ୍ଷାରେ ଅଧିକ ସହାୟକ ହୁଅନ୍ତି ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ଦଳରେ ଏକତ୍ରିତ ହେବା ପରେ ସେମାନେ ସମ୍ମାନ ଓ ପଦପଦବୀ ଲାଭ ପାଇଁ ଆଗ୍ରହଶୀଳ ହୋଇଉଠନ୍ତି । ପାରସ୍ପରିକ ପ୍ରତିଦ୍ୱନ୍ଦିତା ବୃଦ୍ଧିପାଏ ଏବଂ ନେତୃତ୍ୱ ନେବାପାଇଁ ଦୌଡ଼ ଆରମ୍ଭ ହୁଏ । ନେତାର ସମ୍ମାନପାଇବା ଅଭିଳାଷରେ ସେମାନେ ଅଧିକ କର୍ମତତ୍ପର ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ନିଜର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଜାହିର କରିବାକୁ ଉତ୍ପାଦନମୁଖୀ ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରତିଯୋଗୀ ମନୋଭାବ ପରିବର୍ତ୍ତେ ସହଯୋଗୀ ମନୋବୃତ୍ତି ଅଧିକ ସକ୍ରିୟ ହୁଏ ।

ତୃତୀୟତଃ, ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟସଫଳତାର ତୁଳନା କଲାବେଳେ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ କୃତ୍ରିମ ପରିବେଶରେ କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତାର ତୁଳନା କଲେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ଏହାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ପୁରୁଷମାନେ ସଦାସର୍ବଦା ଅଧିକ କୁଶଳୀ, ଏକଥା କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ସମ୍ଭବତଃ କୃତ୍ରିମ ପରିବେଶରେ ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା ପାଇଁ ଦିଆଯାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପୁରୁଷଜନୋଚିତ କାର୍ଯ୍ୟ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନେ ଏପରି କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଦଳଗତ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଉତ୍କର୍ଷ ଦର୍ଶାଇବା ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଧିକ ଦଳଗତ କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ବୋଲି ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଭାବରେ କୁହାଯିବ ନାହିଁ ।

ଦଳଗତ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ କାର୍ଯ୍ୟକରୁଥିବା ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦିଗ ସହଜରେ ଆଖିରେ ପଡ଼ିନଥାଏ । ପୁରୁଷମାନେ ସମସ୍ୟା-ସମାଧାନ କଲାଭଳି କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁର ବିଶେଷତ୍ୱ ହେଉଛି ଯେ ଏପରି କାମସବୁର ସଫଳତା ସବୁଲୋକଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର ନକରି ଅଳ୍ପ କେତେକ ସୁଦକ୍ଷ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ । ଅଳ୍ପ କେତେକ ଅଭିଜ୍ଞ ଓ କୁଶଳୀ ଲୋକ ସଫଳତା ଆଣିପାରନ୍ତି । ମାତ୍ର ନାରୀମାନେ ସଫଳତା ହାସଲ କରୁଥିବା ସାମାଜିକ-ଆବେଗିକ କାମସବୁ ଭିନ୍ନ ଧରଣର । ଗୋଟିଏ ଦଳରେ ସମଷ୍ଟିଗତ ଆନନ୍ଦ ଓ ପ୍ରସନ୍ନତା ପାଇଁ ସମସ୍ତଙ୍କ ସହମତି ଆବଶ୍ୟକ । ଜଣେ କୁପ୍ରବୃତ୍ତିସମ୍ପନ୍ନ ନାରୀ ସମଗ୍ର ଦଳଟିରେ ବିଭ୍ରାଟ ସୃଷ୍ଟିକରିପାରେ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନେ ସଫଳତା ହାସଲ କରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ଅଧିକ ଆହ୍ୱାନପୂର୍ଣ୍ଣ (Challenging) । ପରିଶେଷରେ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ କେବଳ ପୁରୁଷ ସମ୍ମିଳିତ ଦଳ କେବଳ ନାରୀ ସମ୍ମିଳିତ ଦଳ ଅପେକ୍ଷା ସମସ୍ୟା ସମାଧାନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଅଧିକ ସଫଳତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସୁଖାନୁଭୂତି ପରି ବିଶିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅବଦାନ ଅନସ୍ୱୀକାର୍ଯ୍ୟ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ

ପ୍ରକାଶ ବା ବ୍ୟକ୍ତ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଥିବାରୁ ମଣିଷକୁ "ବ୍ୟକ୍ତି" କୁହାଯାଏ । ପ୍ରକାଶ ବା ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Expression) ମନୁଷ୍ୟର ଏକ ଆଦିମ ଚାହିଦା । ଭାଷାର ଅଭ୍ୟୁଦୟ ପୂର୍ବରୁ ମଧ୍ୟ ମନୁଷ୍ୟ ଶରୀରର ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଅଙ୍ଗଚାଳନା ମାଧ୍ୟମରେ ମନର ଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରୁଥିଲା । ଭାଷା ପରି ପ୍ରତୀକ ଧର୍ମୀ (Symbolic) ମାଧ୍ୟମର ଉନ୍ମେଷ ଓ ବିକାଶ ପରେ ମନୋଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ଅଧିକ ସହଜ ହେଲା । ଭାବ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ସମୟରେ କଥିତ ଭାଷା, ଭାଷା-ସଂଲଗ୍ନ (Para verbal) ଅନ୍ୟ କେତେକ ଖିଅ (ଯଥା : କଣ୍ଠ ସ୍ୱରର ତୀବ୍ରତା, କହିବାର ଭଙ୍ଗୀ ଇତ୍ୟାଦି) ଏବଂ ବାକ୍‌ହୀନ (Non-verbal cues) ଖିଅସବୁ (ଯଥା : ଦୂରତ୍ୱ, ହାତର ଭଙ୍ଗୀ, ସ୍ପର୍ଶ, ମୁଖର ଭଙ୍ଗୀ ଇତ୍ୟାଦି) ବ୍ୟବହାର କରାଯାଇଥାଏ ।

ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାଗତ ଅଧିକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି-ପ୍ରବଣ (Expressive) । ଆନନ୍ଦ ପ୍ରକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେଉଁମାନେ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ସଂକେତ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି, ସେ ବିଷୟରେ ଦ୍ୱିମତ ରହିଛି । ମାତ୍ର ଦୁଃଖ ଓ ବିଷାଦ ପ୍ରକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ସଂକେତ ଦେଉଥିବାର ଗବେଷଣାଲବ୍ଧ ପ୍ରମାଣ ରହିଛି । ନାରୀମାନଙ୍କର ମୁଖମଣ୍ଡଳ ଦେଖି ସେମାନଙ୍କ ମାନସିକ ଦୁଃଖ ଓ ବେଦନା ସହଜରେ ଜାଣିହୁଏ ।

ଅନେକ ସମୟରେ ଅପ୍ରୀତିକର ଓ ଅଶ୍ରାବ୍ୟ କଥା କହିବା ଓ ଶୁଣିବା ସମୟରେ ଆମର କିଛିଟା ଅନ୍ତର୍ବାଧା (Inhibition) ରହିଥାଏ । ଏପରି ଅନ୍ତର୍ବାଧା ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ । ଏହାର ବ୍ୟାବହାରିକ ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଶ୍ରାବ୍ୟ ଓ ଅଶ୍ଳୀଳ କଥା ଯେତିକି ସହଜରେ କହିପାରନ୍ତି ନାରୀମାନେ ସେପରି କହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେହିପରି ପରିବେଶରେ ଅନ୍ୟ କେହି ସେହିପରି କହୁଥିଲେ ନାରୀମାନେ ଶୁଣି ମଧ୍ୟ ନଶୁଣିଲାପରି ରୁହନ୍ତି ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଦେଖୁଥିବା ଏବଂ କହୁଥିବା ସ୍ୱପ୍ନସବୁର ତୁଳନାତ୍ମକ ବିଚାର କେତେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପାର୍ଥକ୍ୟର ସୂଚନା ଦିଏ । ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନର ବିଷୟବସ୍ତୁ ବିଶ୍ଳେଷଣ କଲେ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ବାଳକମାନେ ଅଧିକାଂଶ ସମୟରେ ବାଳକର ସ୍ୱପ୍ନଦେଖନ୍ତି । କିନ୍ତୁ ବାଳିକାମାନେ ଉଭୟ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାର ସ୍ୱପ୍ନ ଦେଖନ୍ତି । ସ୍ୱପ୍ନ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସାଧାରଣତଃ ଆମର ଅପୂରିତ (Unfulfilled) ଇଚ୍ଛା ଓ କାମନାକୁ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ । ବାଳିକାମାନେ ସେମାନଙ୍କ ବୟସର ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ବେଶି ସଂଖ୍ୟାରେ ନିଜର ବନ୍ଧୁ ଏବଂ ଖେଳସାଥୀ ରୂପେ ବାଛିଥାଆନ୍ତି । ଖେଳ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ କାରବାର ସମୟରେ ବାଳକମାନଙ୍କର କେତେକ କଥା ସେମାନଙ୍କ ସାଥିମାନଙ୍କ ସହିତ ଅସମାହିତ ରହିଯାଇଥାଏ ।

ପୁଣି ବାଳକମାନେ ଖେଳାଖେଳିପାଇଁ ଘର ବାହାରକୁ ବେଶି ସମୟ ଯାଉଥିବାରୁ ବେଶି ସଂଖ୍ୟକ ବାଳକମାନଙ୍କ ସହିତ ମିତ୍ରତା ଓ ଶତ୍ରୁତା ଗଢ଼ିଉଠେ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବାଳିକାମାନେ ବେଶି ସମୟ ଘରେ ରୁହନ୍ତି ଏବଂ ଛୋଟଛୋଟ ଦଳରେ ଖେଳନ୍ତି । ଅଳ୍ପ କେତେକ ବାଳିକା ଏବଂ ଅଳ୍ପ କେତେକ ବାଳକଙ୍କ ସହିତ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଯୋଗାଯୋଗ ଘଟିଥାଏ । ଏହି ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବାଳିକାମାନେ ସେମାନଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନରେ ପୁଅ ଓ ଝିଅମାନଙ୍କୁ ପ୍ରାୟ ସମାନ ମାତ୍ରାରେ ଦେଖିବା ସ୍ଥଳେ ବାଳକମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ନିଜ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଦେଖନ୍ତି ।

ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପାର୍ଥକ୍ୟ ମଧ୍ୟ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ପୂର୍ବରୁ କୁହାଯାଇଛି ଯେ ସ୍ୱପ୍ନରେ ଆମର ଅପୂରିତ ଇଚ୍ଛା ଓ କାମନା ପ୍ରକାଶିତ ହୁଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସ୍ୱପ୍ନରେ ସେମାନଙ୍କ କ୍ରୋଧାତ୍ମକ ମନୋବୃତ୍ତିର ପ୍ରତିଫଳନ ଥାଏ । ସିଧାସଳଖ ଭାବରେ କାହାକୁ ଗାଳିଦେବା, ମାରିବା କିମ୍ବା ଆକ୍ରମଣ କରିବାର ଦୃଶ୍ୟ ନ ଦେଖିଲେ ମଧ୍ୟ ଏସବୁର ଏକ ଛଦ୍ମବେଶୀ ଓ ରୂପାନ୍ତରିତ ଦୃଶ୍ୟ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ଦେଖିଥାନ୍ତି । ସେମାନେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ କ୍ରୋଧୀ (Aggressive) ହୋଇଥିବାରୁ ସ୍ୱପ୍ନ ବୃତ୍ତାନ୍ତରେ (Dream content) କେତେକ ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ସୂଚାଏ ।

ଦେଖିଥିବା ସ୍ୱପ୍ନର ବର୍ଣ୍ଣନା କଲାବେଳେ ପୁରୁଷମାନେ ବେଶୀଭାଗ ଦୃଶ୍ୟସବୁର ବିଶାଳତା (ଯଥା : ବନ, ଭୂଇଁ, ପାହାଡ଼ ଇତ୍ୟାଦି) ବର୍ଣ୍ଣନା କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ଦୃଶ୍ୟସବୁର ସାମାଜିକ ଦିଗ (ଯଥା : ଦୃଶ୍ୟ ଦେଖିଥିବା ଚରିତ୍ରସବୁର ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ)ର ବର୍ଣ୍ଣନା ଦିଅନ୍ତି ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଚିତ୍ରାଙ୍କନ ଓ ଚିତ୍ରକଳାରେ କେତେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖିବାକୁ ମିଳେ । ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ ଆବଦ୍ଧ (Closed form) ଢାଞ୍ଚାର ଚିତ୍ର ପସନ୍ଦ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନେ ଖୋଲା ଢାଞ୍ଚା (Open form)ର ଚିତ୍ର ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ବହୁଳତା (Details) ପୂର୍ଣ୍ଣ ଚିତ୍ରସବୁ ଅଧିକ ପସନ୍ଦ କରନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ଝୋଟି ଏହାର ଏକ ଉଦାହରଣ ।

ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଖେଳରେ ମଧ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । ଶାରୀରିକ କୌଶଳର ପ୍ରୟୋଗ ହେଉଥିବା ଖେଳସବୁ ବାଳକମାନଙ୍କର ଅଧିକ ପ୍ରିୟ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ମାନସିକ କୌଶଳର ପ୍ରୟୋଗ (ଯଥା : ଲୁଡ଼ୋ, ତାସ୍) ହେଉଥିବା ଖେଳସବୁ ବାଳିକାମାନଙ୍କର

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରିୟ । ଗୋଟିଏ ସମାଜର ସାଫଲ୍ୟକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଉଥିଲେ ସେଠାରେ ଶାରୀରିକ କୌଶଳଭିତ୍ତିକ କ୍ରୀଡ଼ାସବୁ ଲୋକପ୍ରିୟ ହୁଏ ।

ବାଳକମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସ୍ୱାଧୀନତା ଓ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ଏବଂ ବାଳିକାମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳତା ଓ ଆଜ୍ଞାଧୀନତା ଉପରେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଉଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରିୟ ଖେଳସବୁ ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ପାର୍ଥକ୍ୟ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ନାରୀ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Expression)ର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ

ଉପାଦାନ	ନାରୀ	ପୁରୁଷ
ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Expression)	ହର୍ଷ ଓ ବିଷାଦର ସଙ୍କେତ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ; ସମାଜ ଅନୁମୋଦନ କରୁ ନଥିବା ଶବ୍ଦ ସବୁ ସହଜରେ କହିପାରନ୍ତି ନାହିଁ ।	ସଙ୍କେତ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ନୁହେଁ । ସମାଜ ଅନୁମୋଦନ କରୁନଥିବା ଶବ୍ଦ ସବୁ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ କଷ୍ଟରେ କହିପାରନ୍ତି ।
ଆଲୋଚନା	ନାରୀମାନେ ଉଭୟ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତି ।	ପୁରୁଷମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସହିତ ଉପୁଜିଥିବା ମତାନ୍ତର ସମ୍ପର୍କରେ ଅଧିକ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତି ।
ପସନ୍ଦଯୋଗ୍ୟ କ୍ରୀଡ଼ା	ମାନସିକ କୌଶଳ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିବା କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତି ଅନୁରକ୍ତି ଦର୍ଶାନ୍ତି ।	ଶାରୀରିକ ଦକ୍ଷତା ପ୍ରଦର୍ଶନ କରୁଥିବା କ୍ରୀଡ଼ା ପ୍ରତି ଅନୁରକ୍ତି ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିଜ୍ଞାନ-ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିରେ ନାରୀ

ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକାର ବନ୍ଧନୀମଧ୍ୟରୁ ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ କରି ଜୀବିକା ଅର୍ଜନର ଯେଉଁ ପଦଯାତ୍ରା ଆରମ୍ଭ ହୋଇଥିଲା, ତାହା ଭିନ୍ନ ଏକ ସ୍ତରକୁ ଉନ୍ନୀତ ହୋଇଛି । ଡାକ୍ତରୀ ଓ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ପରି ବିଜ୍ଞାନ-ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିସବୁ ନାରୀମାନେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଗ୍ରହଣ କରୁଛନ୍ତି । ସମୟର ଗତି ସହିତ ତାଳ ରକ୍ଷାକରି ନାରୀମାନେ ବୃତ୍ତିଗତ ସାଫଲ୍ୟ ହାସଲ କରୁଛନ୍ତି । ତଥାପି ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ପରି ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହିଛି । ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଏ ଦିଗରେ ସମକକ୍ଷ କରିବା ପାଇଁ ପାର୍ଥକ୍ୟର ଅନ୍ତରାଳରେ ଥିବା କାରଣକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସେହି ତଥ୍ୟକୁ ଭିତ୍ତିକରି ନାରୀମାନଙ୍କୁ ପରାମର୍ଶ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ବୃତ୍ତିଗ୍ରହଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସକ୍ରିୟ ଥିବା ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ବିଚାର କରାଯାଉ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ ବୃତ୍ତିଗ୍ରହଣ ଅନ୍ତରାଳରେ ତିନୋଟି ପ୍ରକ୍ରିୟା କାର୍ଯ୍ୟ କରିଥାଏ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜସ୍ୱ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ (Observation) । ସାଧାରଣତଃ ଯେଉଁ କାମ ଆମକୁ ପ୍ରୀତି ବା ଆନନ୍ଦ ଦିଏ ତାହା ଆମେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ କରୁ । ଯେଉଁ କାର୍ଯ୍ୟ ବିରକ୍ତି ସୃଷ୍ଟିକରେ ବା ଆନନ୍ଦ ଦିଏନାହିଁ ତାହା ଆମେ ତ୍ୟାଗ କରୁ । ସୁତରାଂ ନିଜର ଅନୁଭୂତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଆଗେ କେତେକ ବ୍ୟବହାର ଦୃଢ଼ କରିବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ବ୍ୟବହାର ବିଲୋପ କରୁ । ମାତ୍ର ପେସା ବା ବୃତ୍ତିଟି ଗ୍ରହଣ କରି ଅନୁଭବର ମଧୁମୟ ବା ତିକ୍ତତାପୂର୍ଣ୍ଣ ସ୍ୱାଦ ପାଇବା ପୂର୍ବରୁ ଆମକୁ ପେସା ବା ବୃତ୍ତି ସମ୍ପର୍କରେ ବାଛବିଚାର କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ବୃତ୍ତି ପାଇଁ ତାଲିମ ନିତାନ୍ତ ଜରୁରୀ, ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଆମର ତାଲିମ ସମ୍ପର୍କରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାକୁ ପଡ଼େ ।

ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବୃତ୍ତି ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ତାଲିମ ଗ୍ରହଣର ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାବେଳେ ପ୍ରଥମେ ଆମ୍ଭେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିଥାଉ । ଇଞ୍ଜିନିୟରମାନେ କେତେ ବିତ୍ତଶାଳୀ ? ଡାକ୍ତରମାନେ କେତେ ସୁଖୀ ? ଶିକ୍ଷକମାନେ କେତେ ପରିମାଣରେ ସନ୍ତୋଷ ପାଉଛନ୍ତି ? ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତିଧାରୀ ଲୋକମାନଙ୍କୁ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ବିଭିନ୍ନ ବୃତ୍ତିର ଫଳାଫଳ (ପରିଣତି) ମୂଲ୍ୟାୟନ କରିଥାଉ । ଅବଶ୍ୟ ସବୁଲୋକ ଏକ ପ୍ରକାର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରି ନ ଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ପେସା ଗ୍ରହଣର ବହୁ ପୂର୍ବରୁ ବ୍ୟକ୍ତି ମନରେ ବିଭିନ୍ନ ପେସାର ଲାଭକ୍ଷତି ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ନିଜସ୍ୱ ଧାରଣା ଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପେସା ନିର୍ବାଚନର ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକ୍ରିୟାଟି ହେଉଛି ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ଧାରଣା ତଥା ନିଜର ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱାସ । ବ୍ୟକ୍ତି କେଉଁ କେଉଁ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ, ତାହାର ମୂଲ୍ୟାୟନ କରେ । ସେ କେଉଁ କେଉଁ ସାମର୍ଥ୍ୟ ହାସଲ କରିଛି ତାହାର ମୂଲ୍ୟାଙ୍କନ କରେ । ମନୋନୀତ ପେସାଟି ସହିତ ନିଜକୁ କେତେ ଖାପଖୁଆଇପାରିବ, ତାହାର ଆକଳନ କରେ । ମୋଟ ଉପରେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ବୃତ୍ତିଟିକୁ ପୁରୋଭାଗରେ ରଖି ସେ ନିଜର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର କଳନା କରେ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଯେତେ ଅଧିକ ହୁଏ, ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପେସା ଦିଗରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ପାଇଁ ସେତେ ବେଶୀ ଅଭିପ୍ରେରିତ ହୁଏ ।

ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ବ୍ୟତୀତ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକ୍ରିୟା (ତୃତୀୟ ପ୍ରକ୍ରିୟା) ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ । ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସ୍ତରରେ ସଫଳତା ବିଫଳତା ତା'ର ନିର୍ବାଚନ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ମନେ କରାଯାଉ ଜଣେ ଛାତ୍ର ବା ଛାତ୍ରୀ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ ପଢ଼ି ଇଞ୍ଜିନିୟର ହେବାକୁ ଚାହୁଁଛି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେ ଜାଣେ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂରେ ଭଲ କରିବାକୁ ହେଲେ ଗଣିତ ଏବଂ ପଦାର୍ଥବିଜ୍ଞାନରେ ତାକୁ ଭଲ କରିବାକୁ ହେବ । ସୁତରାଂ ସେ ସ୍କୁଲରେ ଏବଂ କଲେଜ ଜୀବନର ଆରମ୍ଭ ସ୍ତରରେ ଗଣିତରେ କେତେ ନମ୍ବର ପାଇଛି, ତାହା ତା'ର ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବ । ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟସବୁରେ ଅଧିକ କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରୁଥିଲେ ଭବିଷ୍ୟତରେ ବିଜ୍ଞାନ-ବିଷୟକ ପେସା ବାଛିନେବାରେ ଅଧିକ ପ୍ରରୋଚିତ ହେବ । ସ୍ଥୂଳତଃ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କର ନିଜସ୍ୱ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ, ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଧାରଣା ଏବଂ ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ସ୍ତରରେ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ (ଯଥା-ଗଣିତରେ) ସଫଳତା ବିଫଳତା ସେମାନଙ୍କର ବିଜ୍ଞାନପେସା ଗ୍ରହଣକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଉପାଦାନର କୌଣସି ଭୂମିକା ନାହିଁ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ବିଜ୍ଞାନ ପେସା ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ (Training) ବ୍ୟବସ୍ଥା ସମୟସାପେକ୍ଷ ଓ ବ୍ୟୟସାପେକ୍ଷ ହୋଇଥିବାରୁ ନିମ୍ନବର୍ଗର ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଏପରି ସୁଯୋଗରୁ ବଞ୍ଚିତ ହୁଅନ୍ତି । ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱଚ୍ଛଳତା ଥିବା ପରିବାରରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀ ଏପରି ସୁଯୋଗ ପାଆନ୍ତି ।

ଅଧିକ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଉଛି ସାମାଜିକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା (Socialization) । ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶୈଳୀରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯାଏ । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ମଧ୍ୟ ଦଣ୍ଡବିଧାନ କରାଯାଏ । କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟପାଇଁ ବାଳକମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦିଆଯିବା ସ୍ଥଳେ ଭିନ୍ନ କାର୍ଯ୍ୟ ପାଇଁ ବାଳିକାମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । କୈଶୋର ଅବସ୍ଥାରୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ଧାରା ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନଙ୍କ ପାଇଁ ପୃଥକ ରହେ । ଫଳରେ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱାସ ଗଠନ କରିବା ସମୟରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସେମାନେ ବହୁଭାବରେ ପ୍ରଚଳିତ ସାମାଜିକ ବିଶ୍ୱାସ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରରୋଚିତ (ତଥା ପ୍ରତାରିତ) ହୁଅନ୍ତି ।

ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟକ ପେସା ଗ୍ରହଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ସ୍କୁଲ ଓ କଲେଜ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭରେ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟ ସବୁରେ ଅଧିକ ନମ୍ବର ରଖୁଥିବା ଛାତ୍ରମାନେ ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂରେ ଖୁବ୍ ଭଲ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୂର୍ବର ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟକ ଶିକ୍ଷାଗତ ସାଫଲ୍ୟ ଓ ପେସାଗତ ସାଫଲ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଖୁବ୍ ଦୃଢ଼ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ସମ୍ପର୍କ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ସମ୍ବନ୍ଧ ଖୁବ୍ ଦୃଢ଼ ନୁହେଁ ।

ଗବେଷଣାରୁ ଜଣାପଡ଼ିଛି ଯେ ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କର ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟରେ ଶିକ୍ଷାଗତ ସାଫଲ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉପାଦାନ ଅଧିକ ଦରକାରୀ । ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ସେମାନଙ୍କର ପେସାଗତ ଜୀବନର ସାଫଲ୍ୟ ପାଇଁ ବେଶି କାର୍ଯ୍ୟକରିବ ଏବଂ ଏହି ବିଷୟଗୁଡ଼ିକ ପ୍ରତି ଅନୁରାଗ ରହିବା ଉଚିତ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସବୋଧ ବେଶ୍ ପ୍ରୟୋଜନ । ଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କୁ ଏପରି ମୂଲ୍ୟବୋଧର ଆତ୍ମୀକରଣ (Internalization) କରିବାକୁ ହେବ । ଛାତ୍ରମାନଙ୍କର ଏପରି ଦୃଢ଼ ଆତ୍ମୀକରଣ ପ୍ରୟୋଜନ ନ ହୋଇପାରେ । କାରଣ ସମଗ୍ର ସାମାଜିକ ପୃଷ୍ଠଭୂମି ସେମାନଙ୍କୁ ବିଜ୍ଞାନ ଶିକ୍ଷାରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ନାରୀମାନେ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିକୂଳ ଅବସ୍ଥା ଦେଇ ଗତି କରନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରି ବିଜ୍ଞାନ ଶିକ୍ଷା ପାଇଁ ଅନୁରୂପ ସାମାଜିକ ଉତ୍ସାହ ପାଇ ନଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଗଣିତ ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟପ୍ରତି ଅନୁରକ୍ତି ଦର୍ଶାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟକ ବୃତ୍ତି ପାଇଁ ଏଗୁଡ଼ିକର ପ୍ରାସଙ୍ଗିକତା ଉପଲବ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ ।

ବିଜ୍ଞାନ-ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିରେ ସଫଳକାମୀ ନାରୀର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ

୧. ଶିକ୍ଷା-ସୋପାନର ପ୍ରାରମ୍ଭିକ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ (ସ୍କୁଲରେ) ଏମାନେ ଗଣିତ ଓ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟ ପ୍ରତି ଆଗ୍ରହ ଦର୍ଶାନ୍ତି ଏବଂ ପରୀକ୍ଷାରେ ଉଚ୍ଚ ନମ୍ବର ହାସଲ କରନ୍ତି ।

୨. ଏମାନଙ୍କର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ ଓ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଅଧିକ ।

୩. ଏମାନଙ୍କ ମନଶ୍ଚକ୍ଷୁରେ କୌଣସି ଏକ ବୃତ୍ତିଧାରୀ (Professional) ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ପ୍ରତିଛବି ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ରହିଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ଏମାନେ ବିଜ୍ଞାନ ବିଷୟକ ବୃତ୍ତିକ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ସଫଳ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ନିଜର ଅନୁକରଣୀୟ ଆଦର୍ଶ (Role model) ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିଥାନ୍ତି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

କର୍ମସଂସ୍ଥାର ପରିଚାଳନା ଭୂମିକାରେ ନାରୀ

ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଭୂମିକାର ପରିବର୍ତ୍ତନ ଜୀବନ ଧାରଣର ବିଭିନ୍ନ ଦିଗକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଛି । ଶିଶୁ ଓ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ ନେବା ଭଳି ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଛନ୍ତି । କର୍ମସଂସ୍ଥାର ବିଭିନ୍ନ ପଦପଦବୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ପ୍ରବେଶ ସଂଖ୍ୟା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରି ଦ୍ରୁତ ଗତିରେ ବୃଦ୍ଧିପାଇବାରେ ଲାଗିଛି । ଏସବୁ ସତ୍ତ୍ୱେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଓ ବ୍ୟବସାୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ଉଚ୍ଚ ପଦପଦବୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନଗଣ୍ୟ । କ୍ଷମତାର ଏପରି ଅସମଞ୍ଜସ ବିଭାଜନ ସମ୍ପର୍କରେ କେତେକ ମୌଳିକ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ କେଉଁ ସ୍ତରରେ ଅଧିକ ସ୍ପଷ୍ଟ ? କେଉଁ କେଉଁ କାରଣରୁ ଏପରି ତାରତମ୍ୟ ରହିଛି ? ତାରତମ୍ୟ କମାଇ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଶକ୍ତିକରଣ ପାଇଁ କି ପଦକ୍ଷେପ ନିଆଯାଇପାରେ ?

ବ୍ୟାବହାରିକ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ "କ୍ଷମତା"ର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଅର୍ଥ ରହିଛି । ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣକୁ ପ୍ରରୋଚିତ ଓ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ହେଉଛି କ୍ଷମତା । ପୁଣି ଏହି କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ସମୟରେ ଏହାର ଦୁଇଟି ଦିଗ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ । ଗୋଟିଏ ହେଉଛି ପ୍ରକୃତ କ୍ଷମତା ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ଅନୁଭୂତ କ୍ଷମତା । ପ୍ରଥମଟି ବସ୍ତୁଗତ (Objective) । ବ୍ୟକ୍ତିର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ, ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଏବଂ ଅନ୍ୟକୁ ପୁରସ୍କାର କିମ୍ବା ତିରସ୍କାର ଦେବାର ଅଧିକାରକୁ ଚାହିଁ ଏପରି ବାସ୍ତବ କ୍ଷମତା ରୂପ ନିଏ । ଅନ୍ୟଟି ବ୍ୟକ୍ତିଗତ । ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜସ୍ୱ ଅନୁଭବ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଏପରି କ୍ଷମତାର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ହୋଇଥାଏ ।

କ୍ଷମତାର ଏପରି ଦୁଇଟି ଦିଗ ସୂଚନା ଦେବାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ରହିଛି । ପରିସ୍ଥିତିରେ ପ୍ରକୃତ କ୍ଷମତା ଥାଇ ମଧ୍ୟ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ କ୍ଷମତାହୀନ ମନେକରନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ପ୍ରକୃତ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଳ୍ପ ଓ ସୀମିତ କ୍ଷମତା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜକୁ କ୍ଷମତାଶୀଳ ମନେକରନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ ଯେ ଅନେକ ସମୟରେ ସେମାନଙ୍କର କ୍ଷମତା ଥାଇ ମଧ୍ୟ ସେମାନେ କ୍ଷମତାହୀନ ବୋଲି ବିଚାର କରନ୍ତି । ସମାଜରେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ପ୍ରଚଳିତ । ଯେତିକି ପରିମାଣରେ ପ୍ରକୃତ କ୍ଷମତା ରହିଥାଏ, ତାହାଠାରୁ କମ୍ କ୍ଷମତା ନାରୀମାନଙ୍କର ରହିଛି ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପ୍ରୟୋଗଶୈଳୀ :

ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରରୋଚିତ ଓ ପ୍ରଭାବିତ କରି ନିଜର କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ସମୟରେ ସବୁଲୋକ ସମାନ କୌଶଳର ଉପଯୋଗ କରିନଥାନ୍ତି । ସାମାଜିକ ଚଳନୀ ଓ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଛ'ଟି ଶୈଳୀର ବ୍ୟବହାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ।

ପ୍ରଥମ ଉପାୟଟି ହେଉଛି ଅନ୍ୟକୁ ପୁରସ୍କାର ଦେବାର ସମ୍ଭାବନା ସୃଷ୍ଟିକରି କ୍ଷମତାର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇପାରେ । ପିତାମାତା, ସନ୍ତାନସନ୍ତତିମାନଙ୍କୁ ପୁରସ୍କାର ବା ପ୍ରୋତ୍ସାହନର ଆଶା ଦେଖାଇ ନିଜର କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି । ଶିକ୍ଷକ ଓ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀମାନେ ମ[illegible]ି ଶୈଳୀରେ ଛାତ୍ରଛାତ୍ରୀମାନଙ୍କ ବ୍ୟବହାରରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣନ୍ତି । କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଉଚ୍ଚପଦବୀରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଅନୁରୂପ କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତି । ସେ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ କହନ୍ତି – "ତୁମେ ଭଲକାମ କଲେ ହିଁ ପଦୋନ୍ନତି ପାଇବ" । ଏପରି ବାକ୍ୟ ଓ କାର୍ଯ୍ୟ ପ୍ରଭାବ ବିସ୍ତାରରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଦ୍ୱିତୀୟ ଶୈଳୀଟି ଏହାର ବିପରୀତ । ଶାସ୍ତିବିଧାନର ଭୟ ଦେଖାଇ ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରରୋଚିତ ଓ ପ୍ରଭାବିତ କରାଯାଇପାରେ । ଏହାର ପ୍ରୟୋଗ ସମୟରେ ପଦାଧିକାରୀ କୁହନ୍ତି – "ତୁମେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ନ ଆସିଲେ ମୁଁ ତୁମ ଦରମାରୁ ପଇସା କମାଇଦେବି ।" ଶାସ୍ତିବିଧାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ଜଟିଳତା ରହିଥିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ପରିସ୍ଥିତିରେ ଏହାକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ ।

କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗର ତୃତୀୟ କୌଶଳଟି ହେଉଛି ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ବା ସୂଚନାର ପ୍ରୟୋଗ । ଜଣେ ଡାକ୍ତର ଆମକୁ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ସଂପର୍କରେ ପରାମର୍ଶ ଦେଲାବେଳେ ଆମେ ତାହା ଗ୍ରହଣ କରୁନ୍ତୁ । ଡାକ୍ତରଙ୍କର ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ଥିବାରୁ ତାଙ୍କର ପରାମର୍ଶକୁ ଗ୍ରହଣ କରାଯାଉଛି । ସେହିପରି ଜଣେ ଗଣିତ ଶିକ୍ଷକ ଗୋଟିଏ ଗାଣିତିକ ସୂତ୍ର ଦେଇ ତାହାର ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ପରାମର୍ଶ ଦେଲେ ତାହା ସହଜରେ ଗୃହୀତ ହେଉଛି । ଉପସ୍ଥିତ କର୍ମଚାରୀ ନିଜର ଅଭିଜ୍ଞତା ଓ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଜ୍ଞାନର ଆଭାସ ଦେଇ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରନ୍ତି । ଏପରି କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ବିଶେଷ ଜ୍ଞାନ ଅଛି ବୋଲି ଥରେ ହୃଦ୍‌ବୋଧ ହୋଇଗଲେ ତାଙ୍କର ପରାମର୍ଶ ଗ୍ରହଣ କରିବାରେ ବିଶେଷ ବାଧା ରହେନାହିଁ ।

କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗର ଚତୁର୍ଥ ଶୈଳୀଟି ହେଉଛି ପଦବୀ–ଭିତ୍ତିକ ଶୈଳୀ । ସମାଜ ଓ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ସ୍ୱୀକୃତ ପଦପଦବୀର ଚାପ ପ୍ରୟୋଗ କରି ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରାଯାଇପାରେ । "ମୁଁ ଶିକ୍ଷକ ହିସାବରେ ଏପରି କହୁଛି" ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତବ୍ୟ ଦେବା ସମୟରେ ଶିକ୍ଷକ ନିଜର ପଦଭିତ୍ତିକ (Legitimate) କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗ କରିଥାନ୍ତି । "ତୁମ୍ଭେମାନେ ମୋ ପରି ପରିଚାଳକ (Manager) କଥାରେ ଏ କାମଟି କରିଦିଅ ।" – ଏପରି ବିବୃତିରେ ମଧ୍ୟ ପଦଭିତ୍ତିକ କ୍ଷମତା ସୂଚୀତ ।

କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗର ପଞ୍ଚମ ଶୈଳୀଟି ମୁଖ୍ୟତଃ ଭାବଗତ (Affective) । ଶୃଙ୍ଖଳା ମାନୁନଥିବା ପୁତ୍ରକନ୍ୟାକୁ ଶୃଙ୍ଖଳିତ କରିବାକୁ ଯାଇ ପିତାମାତା ହୁଏତ କହନ୍ତି – "ଆମ

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ହିସାବରେ ତୁମେ ଏହା କରନାହିଁ । ଏପରି କଲେ ପରିବାରର ଅପଯଶ ହେବ ।'' ଏପରି କହିବା ସମୟରେ ସେମାନେ ସମସ୍ତେ ଯେ ଗୋଟିଏ ପରିବାରର ଅଂଶ ବିଶେଷ, ଏକଥା ଚେତାଇ ଦିଅନ୍ତି । ''ଓଡ଼ିଆ ହିସାବରେ ଆମର ଏହା କରିବାର କଥା ନୁହେଁ ।'' ଏପରି କହିବା ସମୟରେ ଓଡ଼ିଆମାନଙ୍କର ଦଳପରିଚିତି (Group Identity) ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରାଯାଏ । ଏହିପରି ଭାବରେ କୌଣସି ଏକ ଦଳ ବା ଗୋଷ୍ଠୀର ଏକତ୍ୱ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନ ଆକର୍ଷଣ କରାଯାଇ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ପ୍ରରୋଚିତ କରାଯାଇପାରେ ।

ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାର ଶେଷ ଓ ଷଷ୍ଠ କୌଶଳଟି ହେଉଛି ସମ୍ପର୍କ-ଭିତ୍ତିକ । ବିଶେଷତଃ ଆମ ଦେଶରେ ଏହାର ବହୁଳ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ମନେକରାଯାଉ, ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କୌଣସି ଏକ କାମର ଲକ୍ଷ୍ୟନେଇ ଗୋଟିଏ ଅଫିସ୍‌ରେ ପହଞ୍ଚିଲେ । ସେଠାରେ ବିଳମ୍ବରେ ପହଞ୍ଚି ଦେଖିଲେ ଯେ ଅଫିସ୍‌ଟି ବନ୍ଦ ହେବାକୁ ଯାଉଛି । ସମସ୍ତେ ଘରମୁଖା । ଏପରିସ୍ଥଳେ ସେ କ'ଣ କରିବେ ? ଫେରିଆସି ଅନ୍ୟଦିନ ସେଠାକୁ ଆସିବା ହୁଏତ ବ୍ୟୟବହୁଳ ଓ କଷ୍ଟକର ହେବ । ସୁତରାଂ କୌଣସି ଏକ କର୍ମଚାରୀକୁ କିଛି ସମୟ ପାଇଁ ଅଟକାଇ କାର୍ଯ୍ୟଟି କରାଇନେବା ତାଙ୍କର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ରହିବ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ସେ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ପାଇଁ କର୍ମଚାରୀକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବାକୁ ସେ ସାମାଜିକ ସଂପର୍କର ଖିଅଟି ବାହାର କରିପାରନ୍ତି । କର୍ମଚାରୀଜଣକର ବାପା ଏହି ଆଗନ୍ତୁକଙ୍କ ସ୍କୁଲର ପ୍ରଧାନ ଶିକ୍ଷକ ହୋଇଥିଲେ ଏହି ସମ୍ପର୍କର ସୂତ୍ରକୁ ଆଶ୍ରୟ କରି ନିଜର ପରିଚୟ ଦେବେ । ଏହି ସାମାଜିକ ସଂପର୍କର ଆଳରେ ସେ ସାହାଯ୍ୟ କାମନା କରିବେ । ମୋଟ ଉପରେ ସାମାଜିକ ସଂପର୍କର ଖିଅ (ଆମ ଗ୍ରାମର ଲୋକ, ଏକା ସ୍କୁଲର ପ୍ରାକ୍ତନ ଛାତ୍ର ଇତ୍ୟାଦି) ଧରି ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବେ । ଏହି କୌଶଳର ଅନ୍ୟ ଏକ ସଫଳ ସଂସ୍କରଣ ହେଉଛି ରାଜନୈତିକ ସଂପର୍କସେତୁ । ରାଜନୀତିକ ନେତାମାନଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟରେ ଆମେ ଆମର କାର୍ଯ୍ୟହାସଲ ପାଇଁ ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଉ ।

କର୍ମସଂସ୍ଥାନରେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏପରି କୌଶଳର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ପରିସ୍ଥିତି ଭେଦରେ ଭିନ୍ନଭିନ୍ନ ଶୈଳୀର ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଏ । ତଥାପି ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପୁରସ୍କାର ପ୍ରଦାନ, ଭାବଗତ, ସଂପର୍କଭିତ୍ତିକ ଶୈଳୀ ତିନୋଟି ବ୍ୟବହାର କରିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକମାତ୍ରାରେ ଶାସ୍ତିସୂଚକ, ପଦଭିତ୍ତିକ ଓ ବିଶେଷଜ୍ଞାନଭିତ୍ତିକ ଶୈଳୀର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ନାରୀ-ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ପାର୍ଥକ୍ୟ ମୁଖ୍ୟତଃ ଗୁଣାତ୍ମକ । କେଉଁ ଶୈଳୀଟି ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ, ତାହା ନିର୍ଧାର୍ଯ୍ୟ ଭାବରେ କହିବା ସମ୍ଭବପର ନୁହେଁ । ପରିସ୍ଥିତି ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଏଗୁଡ଼ିକର ସଫଳତା ବା ବିଫଳତା ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ହୋଇଥାଏ ।

ସାମ୍ପ୍ରତିକ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ବାସ୍ତବ କ୍ଷମତା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କମ୍, କାରଣ ସେମାନେ ତୁଳନୀୟ ସଂଖ୍ୟାରେ ଉଚ୍ଚପଦବୀରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ନୁହଁନ୍ତି । ପୁଣି

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅନୁଭବ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ନିଜକୁ କମ୍ କ୍ଷମତାଶାଳୀ ମନେକରନ୍ତି । ଏପରି ଅବସ୍ଥା ଓ ମନୋଭାବ ବିକାଶର ଏକ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଧାରା ରହିଛି । ବିଭିନ୍ନ ସ୍ତରରେ ଏହି ଅବସ୍ଥା ଓ ମନୋଭାବ ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ । ସାମାଜିକ, ଆନୁଷ୍ଠାନିକ, ପାରସ୍ପରିକ ଏବଂ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ତରରେ ଏପରି ମନୋଭାବ ବଳବତ୍ତର ହୁଏ । ସେଗୁଡ଼ିକର ପୃଥକ୍ ଆଲୋଚନା ଆମର ଧାରଣାକୁ ପ୍ରାଞ୍ଜଳ କରିବ ।

ସାମାଜିକ ଅବସ୍ଥା :

ପ୍ରଚଳିତ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମଧ୍ୟରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ କ୍ଷମତା ଆହରଣ କରନ୍ତି ପ୍ରତି ସମାଜର କାର୍ଯ୍ୟ (Job) ଏବଂ ବୃତ୍ତି (Career) ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହିଛି । କାର୍ଯ୍ୟକରିବା ପାଇଁ ବିଶେଷ ତାଲିମର ଆବଶ୍ୟକତା ପଡ଼ି ନଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟକରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ମଧ୍ୟ ବିଶେଷ ସମ୍ମାନ, ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଓ କ୍ଷମତା ନ ଥାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବୃତ୍ତି ସଦାସର୍ବଦା ତାଲିମ ଆଧାରିତ । ବୃତ୍ତିରେ ପ୍ରବେଶ ଓ ସଫଳତା ପାଇଁ ଗଭୀର ଓ ଦୀର୍ଘକାଳୀନ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣର ଆବଶ୍ୟକତା ଥାଏ । ବୃତ୍ତିଧାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିର ସମ୍ମାନ ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଓ କ୍ଷମତା ଅଧିକ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପ୍ରଶ୍ନ ଉଠିପାରେ–ବେଶୀ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ ଚାକିରୀ (Job) କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବୃତ୍ତି ବା ପେସା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ସୀମିତ କାହିଁକି ?

ଅନେକ ସମୟରେ ପାରିବାରିକ ଅର୍ଥାଭାବ ନାରୀକୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଯେ କୌଣସି ଚାକିରୀ ଗ୍ରହଣ କରିନେବାରେ ପ୍ରେରିତ କରେ । ଆମ ସମାଜରେ ଅନେକ ପିତାମାତା ଆଶା ରଖନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କର ପୁଅମାନେ ବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି ଅଧିକ ଉପାର୍ଜନକ୍ଷମ ହେଲେ ସେମାନଙ୍କର ଆଗଜୀବନ ସୁଖମୟ ହେବ । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନେ ପୁଅ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି ଶାନ୍ତିପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ଅତିବାହିତ କରିପାରିବେ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସେମାନେ ଧାର କରଜ କରି ପୁଅର ଶିକ୍ଷା ଓ ବିଶେଷ ତାଲିମ ପାଇଁ ଅର୍ଥବ୍ୟୟ କରନ୍ତି । କନ୍ୟାର ଶିକ୍ଷା ଓ ତାଲିମ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେପରି ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ ପାଇ ନଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଅବସ୍ଥା କ୍ରମଶଃ ପରିବର୍ତ୍ତିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ତଥାପି କର୍ମମୟ ଜୀବନର ଆଦ୍ୟଭାଗରେ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗର ଏପରି ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଉପଯୋଗ ନାରୀମାନଙ୍କୁ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରେରିତ କରିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ବୃତ୍ତି–ପ୍ରେରିତ (Career driven) କରିଥାଏ ।

ସମାଜ ବ୍ୟବସ୍ଥାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଦ୍ୱିତୀୟ ସୀମାରେଖାଟି ହେଉଛି ଜୀବିକା ସମ୍ପର୍କରେ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା ଏବଂ ପକ୍ଷପାତୀ ସମାଜୀକରଣ । ସମାଜରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ବିଶେଷଣ ରହିଥିବା ଭଳି ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଜୀବିକା ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ ମନେକରାଯାଏ । ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସେବିକା (ନର୍ସ), ସମାଜ ସେବିକା ଏବଂ ପ୍ରାଥମିକ ବିଦ୍ୟାଳୟର ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ପଦସବୁ ଉପଯୁକ୍ତ ବିଚାର କରାଯାଏ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ଡାକ୍ତର, ଓକିଲ ଓ ବ୍ୟବସାୟ ପ୍ରତିଷ୍ଠାନର ପରିଚାଳକ ପଦସବୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଉପଯୋଗୀ

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନେକରାଯାଏ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଅଭିପ୍ରେତ କାର୍ଯ୍ୟସବୁ କ୍ଷମତା-ରହିତ ହୋଇଥିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଜୀବିକାରେ ସମ୍ମାନ ଓ କ୍ଷମତାର ରୂପ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ।

ତୃତୀୟତଃ, ସ୍ୱତନ୍ତ୍ରତାପୂର୍ଣ୍ଣ ବିଶେଷଜ୍ଞାନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ପାର୍ଥକ୍ୟର ଧାରଣା ରହିଛି । ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ, ଶିକ୍ଷା ଓ ଅଫିସ ପରିଚାଳନା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ବିଶେଷ କୃତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ହୋଇପାରିବେ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ରହିଛି । ମାତ୍ର ଇଞ୍ଜିନିୟରିଂ, ଶିଳ୍ପଗତ ଉତ୍ପାଦନଶୀଳତା ଏବଂ ପର୍ବତ ଆରୋହଣ ପରି କାର୍ଯ୍ୟସବୁରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଉଛି ।

ବାଲ୍ୟକାଳରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପରିବାର ଓ ବିଦ୍ୟାଳୟରେ ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ଏପରିସବୁ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାର ଅଙ୍କୁରଣ ଓ ବିକାଶ ଘଟୁଛି । ନାରୀ ପୁରୁଷ ଭେଦରେ ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ଓ ତାଲିମରେ ସୀମାରେଖା ଟଣାଯିବା ଫଳରେ ନାରୀମାନେ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଅଧିକସଂଖ୍ୟାରେ ଚାକିରି ବା କାର୍ଯ୍ୟ (Job) ଆଦରି ନେବାସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନେ ବୃତ୍ତି ବା ପେସାଗତ ସମ୍ମାନ ଲାଭ କରନ୍ତି । ପୁଣି କର୍ମସଂସ୍ଥାର ପରିବେଶ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ସହାୟତା ଦେଇ ଏହି ଭିନ୍ନତାକୁ ଦୃଢ଼ କରୁଛି ।

କର୍ମସଂସ୍ଥାର ପରିବେଶ :

କର୍ମସଂସ୍ଥାର ପରିବେଶ ଦୁଇଟି ସ୍ତରରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପକ୍ଷପାତୀ ବିଚାର କରିଥାଏ । ତାହା ହେଉଛି ମନୋନୟନ ସ୍ତର ଏବଂ ପଦୋନ୍ନତି ପାଇବାର ସ୍ତର ।

ଜୀବିକାରେ ପ୍ରବେଶ କରିବା ସମୟରେ ନାରୀମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ନିମ୍ନ ପଦବୀରେ ପ୍ରବେଶ କରନ୍ତି । ସଂସ୍ଥାର ଉଚ୍ଚପଦବୀସବୁରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହିଥାଏ । ପୁଣି ଉଚ୍ଚପଦବୀ ପାଇଁ ସାଧାରଣତଃ କମ୍ ସଂଖ୍ୟକ ପ୍ରାର୍ଥୀ ମନୋନୟନ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ । ପୁରୁଷମାନେ ଉଚ୍ଚପଦବୀରେ ଥିବାରୁ ଅନୌପଚାରିକ ଭାବରେ ସେମାନେ ଖାଲିପଡ଼ିଥିବା ସ୍ଥାନସବୁର ପୂରଣ ପାଇଁ ଦିଆଯାଇଥିବା ବିଜ୍ଞାପନ ପ୍ରକାଶିତ ଓ ପ୍ରସାରିତ ହେବା ପୂର୍ବରୁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟ ପୁରୁଷବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ ଏ ବିଷୟରେ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ପୁରୁଷମାନେ ଶୀଘ୍ର ସୂଚନା ପାଇପାରନ୍ତି ।

ପୁଣି କ୍ଲବ, ପୁରାତନ ଛାତ୍ରସଂଘ ଏବଂ ଏପରି ସାମାଜିକ ଅନୁଷ୍ଠାନରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ବେଶି । ଏସବୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସାମାଜିକ ସମାବେଶ ସମୟରେ ପୁରୁଷମାନେ ଅପ୍ରକାଶିତ ଓ ପ୍ରକାଶିତ ବିଜ୍ଞାପନ ବିଷୟରେ ଖବର ପାଆନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଣଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଯୋଗାଯୋଗ ସେମାନଙ୍କୁ ବେଶ୍ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

ପୁଣି ମନୋନୟନ କାଳର ସାକ୍ଷାତକାର ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପ୍ରତିବନ୍ଧକସବୁର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ବଦ୍ଧମୂଳ ଓ ଗତାନୁଗତିକ ଧାରଣା ସେମାନଙ୍କ ମନୋନୟନରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଉଭୟେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ବିଚାରକ ନାରୀମାନଙ୍କୁ କମ୍ କୃତିତ୍ୱସମ୍ପନ୍ନ ମନେକରନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବାଧାବିଘ୍ନ ସତ୍ତ୍ୱେ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ପଦ ପାଇଁ ମନୋନୀତ ହେଲାପରେ ମଧ୍ୟ ଜୀବିକା ନିର୍ବାହ ସମୟରେ କ୍ଷମତା ବଣ୍ଟନରେ ଭାରସାମ୍ୟ ନ ଥାଏ । ପୁରୁଷମାନେ ଅଧିକ କ୍ଷମତାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଏପରିକି ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଓ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ କର୍ମସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କରେ କାର୍ଯ୍ୟକରୁଥିବା ପୁରୁଷ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କର ଏକ ଚତୁର୍ଥାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଦରମା ଓ ପଦୋନ୍ନତି ଉପରେ କିଛିଟା ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରହିଥାଏ । ଅପର ପକ୍ଷରେ, ମହିଳା କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କେବଳ ଏକ-ଦଶମାଂଶ ନାରୀ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ଦରମା ଓ ପଦୋନ୍ନତିକୁ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କରନ୍ତି । ସେହିପରି ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କ୍ଷମତାର ପରିସର ମଧ୍ୟରେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ବିତ୍ତ ଓ ବସ୍ତୁଗତ ସମ୍ବଳସବୁ ରହିଥାଏ । ପୁଣି କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଯେଉଁସବୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଆଯାଏ ଏବଂ ନିଆଯିବାର ସମ୍ଭାବନା ଥାଏ, ସେସବୁର ସୂଚନା ଓ ପୂର୍ବାଭାସ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପାଖରେ ପ୍ରଥମେ ପହଞ୍ଚେ । ଅନୌପଚାରିକ (informal) ଯୋଗାଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଏପରିସବୁ ସମ୍ବାଦ ପୁରୁଷ କର୍ମଚାରୀମାନେ ପ୍ରଥମେ ପାଇଥାନ୍ତି ।

ପଦୋନ୍ନତି ସମୟରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପକ୍ଷପାତୀ ବିଚାରର ଶରବ୍ୟ ହୁଅନ୍ତି । ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବରେ କାର୍ଯ୍ୟସମ୍ପାଦନର ମୂଲ୍ୟାୟନ, ତାଲିମ୍ ଓ ଅଭିଜ୍ଞତାକୁ ଭିତ୍ତିକରି ପଦୋନ୍ନତି ଦିଆଯାଏ । ମାତ୍ର ପ୍ରତିଟି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ କେତେକ ସମସ୍ୟାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି ।

କେତେକ ଧରଣର ମନୋବୃତ୍ତି ନାରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନାର ପ୍ରକୃତ ମୂଲ୍ୟାୟନରେ ବାଧାସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ନାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଚିରାଚରିତ ନାରୀସୁଲଭ କାର୍ଯ୍ୟ ନକରି ପୁରୁଷ-ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ କରୁଥିଲେ ସେମାନେ କେତେକ ବିରୁଦ୍ଧ ମନ୍ତବ୍ୟର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଅନ୍ତି । ପୁଣି ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ଯେ କାମଚଳିବା ଭଳି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ପାଇଁ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ କରାଯାଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ସମାନ ଦକ୍ଷତାର କାର୍ଯ୍ୟପାଇଁ ପୁରୁଷଙ୍କୁ ଉଚ୍ଚତର ପ୍ରଶଂସା ଦିଆଯାଏ । ଅଥଚ କାର୍ଯ୍ୟସମ୍ପାଦନା ଖରାପ ହୋଇଥିଲେ ନାରୀ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷକୁ ଅଧିକ ଦୋଷ ଦିଆଯାଏ । ସଫଳତାର ମଝିମଝିରେ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ରଖିବାର ମାନସିକତା ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ଏହା ବ୍ୟତୀତ, କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନା ପରେ ସଫଳତା ବା ବିଫଳତା ସମ୍ପର୍କରେ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଯେଉଁ ଫଳାଫଳଜନିତ ସୂଚନା (Feedback) ଦିଆଯାଏ, ସେଥିରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟଟିର କେଉଁଠି ତ୍ରୁଟି ବିଚ୍ୟୁତି ରହିଗଲା ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ଏହାକୁ କିପରି ଉନ୍ନତ କରିହେବ, ସେ ବିଷୟରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ସୂଚନା ଦିଆଯାଏ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଉପଯୋଗୀ ସୂଚନା ଦିଆଯାଏ ନାହିଁ । ନାରୀମାନେ ଆବେଗ-ପ୍ରବଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଦୋଷତ୍ରୁଟିର କଥା ସେମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟଥା ଦେବ, ଏପରି କାରଣ ଦର୍ଶାଇ ଅନେକ ଉପରିସ୍ଥ ପଦାଧିକାରୀ କାର୍ଯ୍ୟର ଫଳାଫଳର ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ । ଏପରି ମନୋବୃତ୍ତି ନାରୀମାନଙ୍କର ଭବିଷ୍ୟତ ପରିବର୍ତ୍ତନରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପଦୋନ୍ନତି ସମୟରେ ତାଲିମ ଆଉ ଏକ ଉପାଦାନ । ପଦୋନ୍ନତି ଦେବା ସମୟରେ ପ୍ରାର୍ଥୀଜଣକ ତାଲିମ ନେଇଛନ୍ତି କି ନାହିଁ, ତାହା ବିଚାର କରାଯାଏ । ମାତ୍ର କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ତାଲିମର ବିଚାର କଲାବେଳେ ସମୀକ୍ଷକମାନେ ଦୁଇଟି ପରସ୍ପର ବିରୋଧି ମନୋଭାବ ପୋଷଣ କରନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ ନେଇଥିବା ତାଲିମକୁ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଆହରଣର ଏକ ମାର୍ଗ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ । ସୁତରାଂ ପୁରୁଷମାନେ ଏଥିପାଇଁ କୃତିତ୍ୱର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ତାଲିମ ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଅଭାବର ଏକ ପ୍ରମାଣ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ତାଲିମପ୍ରାପ୍ତ ନାରୀମାନେ ପଛୁଆ, ଏପରି ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ସକ୍ରିୟ ଥାଏ । ଫଳତଃ ଏପରି ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ପୁରୁଷପାଇଁ ସହାୟକ ହେବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀପାଇଁ କ୍ଷତିକର ହୁଏ । କର୍ମସଂସ୍ଥା ବ୍ୟତୀତ ପାରସ୍ପରିକ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ଜଟିଳତା ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ ।

ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ବଳୟରେ ଜଟିଳତା :

ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସଂପର୍କ ବଳୟ ରହିଛି । ଏ ବଳୟରେ ବହୁ ବିଶ୍ୱାସ, ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା, ଆଦର୍ଶ ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ନାରୀମାନଙ୍କ ଗତି ଓ ପ୍ରଗତି ପାଇଁ କେତେକ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ପ୍ରଥମ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା (Stereotye) । ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଭଦ୍ର, କୋମଳ, ଶାନ୍ତ ଓ ଆବେଗ-ପ୍ରବଣ ବିଚାର କରାଯାଏ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଦୃଢ଼ମନା, ପ୍ରତିଯୋଗୀ-ଭାବାପନ୍ନ, ସଂକଳ୍ପବଦ୍ଧ ଓ କର୍ମଠ ବିଚାର କରାଯାଏ । ପୁରୁଷ ସମ୍ପର୍କରେ ଚଳିଆସୁଥିବା ଏପରି ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାସବୁ ଉତ୍ତମ କାର୍ଯ୍ୟସଂପାଦନର ସହାୟକ, ଏହା ମଧ୍ୟ ଦୃଢ଼ ଭାବରେ ବିଶ୍ୱାସ କରାଯାଏ । ଫଳତଃ ପୁରୁଷଠାରୁ ଏକ ପ୍ରକାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନଙ୍କଠାରୁ ଭିନ୍ନ ଧରଣର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖାଯାଏ ।

ସେହିପରି ପ୍ରତି ସମାଜରେ ଜଣେ ଭଲ କର୍ମୀ ବା ସଫଳ ନେତା ସମ୍ପର୍କରେ ଲୋକମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ପ୍ରତିଛବି ରହିଛି । ସଫଳ ନେତାର କେଉଁ କେଉଁ ଗୁଣ ଆବଶ୍ୟକ, ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲେ ସମ୍ଭବତଃ ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ପୁରୁଷର ଗୁଣସବୁ ଉଲ୍ଲେଖ କରିବେ । କର୍ମସଂସ୍ଥାର ସାମାଜିକ ପରିବେଶରେ ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ନାରୀପ୍ରଗତିତର ଅନ୍ତରାୟ ହୁଏ ।

ଅଧିକନ୍ତୁ, ନାରୀମାନଙ୍କ ସଫଳତା ବିଫଳତାର ମୂଲ୍ୟାୟନ କଲାବେଳେ ଆମର ମାନଦଣ୍ଡ ମଧ୍ୟ ଭିନ୍ନ ହୁଏ । ନାରୀମାନେ ସଫଳ ହେଲେ ସେମାନେ ସୌଭାଗ୍ୟବଶତଃ ସଫଳତା ପାଇଛନ୍ତି ବୋଲି ବିଚାରକରୁ । ଅଥଚ ସେମାନେ ବିଫଳ ହେଲେ ଏହା ସେମାନଙ୍କର ଅକ୍ଷମତାର ଫଳ ବୋଲି ଧରିନିଆଯାଏ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷର ସଫଳତାକୁ ସେମାନଙ୍କ ଦକ୍ଷତାର ସୂଚକ ରୂପେ ବିବେଚନା କରାଯାଏ । ଅଧିକ ସମୟ ଦେଇ ନ ଥିବାରୁ ପୁରୁଷମାନେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିଫଳ ହେଲେ ବୋଲି ଅନ୍ୟମାନେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି । ସଫଳତା-ବିଫଳତାର କାରଣ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ସମୟରେ ସାମାଜିକ ଗହଣରେ ଏପରି ପକ୍ଷପାତ ବିଚାର ନାରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟମୂଲ୍ୟାୟନରେ ବିଭ୍ରାଟ ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

କର୍ମସଂସ୍ଥାର ସାମାଜିକ ପରିବେଷ୍ଟନୀ ମଧ୍ୟରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟାଲଘୁତା ଆଉ ଏକ ପ୍ରକାରର ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ । କେବଳ ନାରୀମାନଙ୍କର କ୍ଷେତ୍ରରେ ନୁହେଁ ଯେ କୌଣସି ସଂଖ୍ୟାଲଘୁ ସଂପ୍ରଦାୟର ଲୋକର ସଫଳତା ଓ ବିଫଳତା ସମାଜରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଥାଏ । କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା କମ ହୋଇଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କର ମଧ୍ୟ ଏପରି ଦଶା ଘଟେ । ବିଫଳତାର ଖବର ଶୀଘ୍ର ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ । ଏ ବିଷୟରେ ଅଧିକ ଚର୍ଚ୍ଚା ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ସମସ୍ତଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରେ । ନିଜର ସ୍ୱାର୍ଥସାଧନ ପାଇଁ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ଆୟୁଧ ରୂପେ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ଅଯୋଗ୍ୟ ବୋଲି ଖବର ପ୍ରଚାର କରନ୍ତି । ଏହା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରଗତିରେ ଅନ୍ତରାୟ ହୁଏ ।

କାର୍ଯ୍ୟ ପରିବେଶରେ ସମ୍ପର୍କର ପ୍ରକାରଭେଦ ଆଉ ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ । ନିଜର ଉପରିସ୍ଥ ପଦାଧିକାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ, ସହକର୍ମୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ଓ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ପରି ତିନିଶ୍ରେଣୀର ସମ୍ପର୍କ ସଂସ୍ଥାରେ କାର୍ଯ୍ୟକାରୀ ହୋଇଥାଏ । ଏ ତିନୋଟି ଶ୍ରେଣୀର ସମ୍ପର୍କର ଗୁଣାତ୍ମକ ଦିଗ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ କେତେଦୂର ସହାୟକ, ତାହା ବିଚାର୍ଯ୍ୟ ।

ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାର ସମ୍ପର୍କଟି ଗୁରୁଶିଷ୍ୟର ସମ୍ପର୍କ ବା ଉପଦେଷ୍ଟା ଗ୍ରହୀତାର ସମ୍ପର୍କ । ଉଚ୍ଚପଦାଧିକାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଗଢ଼ିଉଠିଥିବା ସମ୍ପର୍କରେ କେତେକ ବିଶେଷତ୍ୱ ଥାଏ । ବିଭିନ୍ନ କାରଣରୁ ଏପରି ସମ୍ପର୍କ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ । ଉଚ୍ଚ ପଦବୀରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଜ୍ଞାନ ଓ ଅଭିଜ୍ଞତା ବଳରେ ଏହିସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରିଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ସେ ତଦାରଖ ବା ପରିଚାଳନା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କୁ ଉପଯୁକ୍ତ ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା, ତାଲିମ, ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ଏବଂ ସୂଚନାସବୁ ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି । ଏହା ବ୍ୟତୀତ ତାଙ୍କର ଏକ ପ୍ରକାର ଭାବଗତ ଭୂମିକା ମଧ୍ୟ ରହିଛି । ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ଥଳେ ସେ ନିଜର ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ମାନସିକ ସାନ୍ତ୍ୱନା ଓ ସାହସ ଦିଅନ୍ତି । କର୍ମମୟ ଜୀବନରେ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବାରେ ସହାୟତା ପ୍ରଦାନ କରନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସେ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ପାଖରେ ଆଦର୍ଶ ନମୁନା (Role Model)ର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି । ସର୍ବୋପରି ସେ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀ ଓ କର୍ମସଂସ୍ଥା ମଧ୍ୟରେ ଏକ ସେତୁର କାମ କରନ୍ତି ।

ଉଚ୍ଚପଦରେ ରହିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ଏପରି ମହତ୍ତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏସବୁର ପୂର୍ଣ୍ଣ ଉପଯୋଗିତା ଉପଲବ୍ଧ କରିହୁଏ ନାହିଁ । ନାରୀମାନେ ନିଜ ଆଡୁ ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ କରି ପୁରୁଷ ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରିବାରେ କିଛି ପରିମାଣରେ ଦ୍ୱିଧା ରହିଥାଏ । ପୁଣି ନାରୀ ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ସୀମିତ ହୋଇଥିବାରୁ

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ–ନାରୀ ସମ୍ପର୍କ ମଧ୍ୟ ସହଜ ହୋଇ ନଥାଏ । ପୁରୁଷ ପଦାଧିକାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ଅଧସ୍ତନ ନାରୀ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କୁ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କର ବଳୟ ମଧ୍ୟକୁ ଆଣିବାରେ କୁଣ୍ଠା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି । ସାମାଜିକ ରୀତିନୀତି ଏ ଦିଗରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ ଅନ୍ୟପ୍ରକାର ଆକର୍ଷଣର ରୂପ ନେବାର ଆଶଙ୍କା ଥାଏ । ପୁଣି ସମ୍ପର୍କସବୁକୁ ପୁରୁଷ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର ପତ୍ନୀ ଉଦାର ଭାବରେ ଗ୍ରହଣ ନ କରି ଭିନ୍ନ ରୂପ ଦେଇପାରନ୍ତି, ଏପରି ଭୟ ମଧ୍ୟ ଥାଏ ।

ସୁତରାଂ ପୁରୁଷ ପଦାଧିକାରୀ ଅଧସ୍ତନ ନାରୀ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସହିତ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କକୁ ଭିନ୍ନ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ବିଚାର କରନ୍ତି ।

ପୁରୁଷ ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ଜଟିଳ ହେବାସ୍ଥଳେ ସହକର୍ମୀଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ସୀମିତ ରହେ । କ୍ଷମତା ଆଧିକ୍ୟ କ୍ଷମତା ଆହରଣକୁ ସକ୍ରିୟ କରିବା ସ୍ଥଳେ କ୍ଷମତାର ହ୍ରାସ କ୍ଷମତାକୁ ସଂକୋଚନ କରିଥାଏ । ଉପରିସ୍ଥ ପଦାଧିକାରୀଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ କ୍ଷମତାର ପରିସରକୁ ବୃଦ୍ଧି କଲାପରି ସହକର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ବ୍ୟାପ୍ତି କ୍ଷମତାର ପରିସୀମାକୁ ବୃଦ୍ଧିକରେ । ଅନେକ ସମୟରେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ସମାନ ସ୍ତରରେ ରହିଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏକଜୁଟ ହୋଇ ଛୋଟଛୋଟ ଦଳ (Coalition) ଗଢ଼ନ୍ତି । ଏକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ କରିବା ଏହାର ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟ ଥାଏ । ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ହୋଇସାରିଲାପରେ ଏହି ଦଳଟିକୁ ଭାଙ୍ଗିଦିଆଯାଏ । କ୍ୟାଣ୍ଟିନରେ ଭଲ ଖାଦ୍ୟ ମିଳୁ ନ ଥିଲେ କେତେକ କର୍ମଚାରୀ ଏକଜୁଟ ହୋଇ ପ୍ରତିକାର କରିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା କରନ୍ତି । ଅବସ୍ଥା ସୁଧୁରିଗଲେ ଦଳଟି ମଧ୍ୟ ନିଶ୍ଚିହ୍ନ ହୋଇଯାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଏପରି ସ୍ୱଳ୍ପମିଆଦୀ (Short term) ଲକ୍ଷ୍ୟ ବ୍ୟତୀତ ଦୀର୍ଘମିଆଦୀ (Long term) ସୂତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଦଳସବୁ ଗଠିତ ହୋଇପାରେ ।

ଏପରି ଦଳସବୁ ଦଳର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଏକ ବିଶେଷ ସହାୟତାରେ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅନୌପଚାରିକ (Informal) ଦଳ ହିସାବରେ ଏମାନେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଭଲ ସମ୍ପର୍କ ରଖନ୍ତି । ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତଥ୍ୟ ଓ ସୂଚନାସବୁର ଆଦାନପ୍ରଦାନ କରାଯାଏ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାର୍ଥରକ୍ଷାରେ ଏହା ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୁଏ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଙ୍କଟ ଏଡ଼ାଇବା ଏବଂ ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏହା ଉପଯୋଗୀ ହୁଏ । କିନ୍ତୁ ନାରୀମାନେ ଏପରି ଅନୌପଚାରିକ ଦଳରେ ସବୁବେଳେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ହୋଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କର୍ମସଂସ୍ଥାର ବାହାରେ, ଚା ଦୋକାନରେ, ଭୋଜିରେ ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ଅଣଆନୁଷ୍ଠାନିକ ସମାବେଶରେ ଏକଜୁଟ ହେବାର ସୁଯୋଗ ନାରୀମାନଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ସୀମିତ । ଫଳରେ ନାରୀମାନେ ଅନିଚ୍ଛାକୃତ ଭାବରେ ଏହି ସମ୍ପର୍କ ବଳୟର ବାହାରେ ରହନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ ମଧ୍ୟ ବହୁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦୂରତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି ।

ତୃତୀୟ ପ୍ରକାରର ସମ୍ପର୍କଟି ନିଜର ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ନିଜର ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କର ଶ୍ରଦ୍ଧା, ସମ୍ମାନ ଓ ବିଶ୍ୱାସ ଲାଭ କରୁଥିବା

Digitized by srujanika@gmail.com

ବ୍ୟକ୍ତିର କ୍ଷମତା ପ୍ରସାରିତ । ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନେ ତାଙ୍କର କଥା ଶୁଣିବେ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ କ୍ଷମତାର ପରିସରକୁ ବୃଦ୍ଧି କରେ । କର୍ମଚାରୀମାନେ ତାଙ୍କ ପ୍ରରୋଚନାରେ କାମ କରିବେ, ଏପରି ଆସ୍ଥା କ୍ଷମତାର ପରିସରକୁ ବୃଦ୍ଧିକରେ । କେତେକ ସର୍ବେକ୍ଷଣର ଫଳାଫଳ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଆଶାବାଦର ସୂଚନା ଦିଏନାହିଁ । ନାରୀ ସୁପରଭାଇଜର ବା ପରିଚାଳକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପୁରୁଷ ପଦାଧିକାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ କର୍ମଚାରୀଙ୍କୁ ପଦୋନ୍ନତି ଦେଇଥିବାର ପ୍ରମାଣ ରହିଛି । ସମ୍ପର୍କର ଉତ୍କର୍ଷ ଦ୍ୱିପାକ୍ଷିକ ଆଦାନପ୍ରଦାନ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରୁଥିବାରୁ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କର ବିଶ୍ୱାସ ଭାଜନ ହେବାପାଇଁ ନାରୀମାନଙ୍କୁ ପ୍ରଯତ୍ନଶୀଳ ହେବାର ଉପଦେଶନ ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ମାର୍ଗ ।

କ୍ଷମତା ହାସଲ କରିବା ଏବଂ ତାହାର ପ୍ରୟୋଗ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା କେତେକ କାରଣ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ।

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜଟିଳତା :

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ପାରିବାରିକ ପୃଷ୍ଠଭୂମି, ବିଚାରଶୈଳୀ, ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ବୃତ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷ ତାହାର କ୍ଷମତା ପ୍ରୟୋଗର ପରିସରକୁ ସୀମିତ କିମ୍ୱା ବିସ୍ତୃତ କରିଥାଏ । ପାରିବାରିକ ପୃଷ୍ଠଭୂମି କହିଲେ ପରିବାରର ପ୍ରକାର, ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା, ଭାଇଭଉଣୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ଜନ୍ମକ୍ରମ ଓ ପିତାମାତାଙ୍କ ପ୍ରଭାବ ବୁଝାଯାଇଥାଏ । ସମାନ ପ୍ରକାର ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଭ କରିଥିବା ଏବଂ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନରେ ସମାନ ସ୍ତରରେ ରହିଥିବା ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ ପରିଚାଳକମାନଙ୍କର (Managers) ଏକ ତୁଳନାତ୍ମକ ଅଧ୍ୟୟନରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ପାରିବାରିକ ସ୍ଥିତି ଓ ଜନ୍ମକ୍ରମରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନାହିଁ । ପରିବାରର ଜ୍ୟେଷ୍ଠା କନ୍ୟା, ମଧ୍ୟମା କନ୍ୟା ଏବଂ କନିଷ୍ଠା କନ୍ୟାର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ପେସାଗତ ବିକାଶ ଲାଗି ସମାନ ପରିମାଣର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି ।

କିନ୍ତୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପରିଚାଳକ ବା ଉଚ୍ଚ ପଦକୁ ଯାଇପାରିଥିବା ମହିଳାଙ୍କ ଜନନୀ ଅତୀତରେ ନିଜସ୍ୱ ପେସାରେ ସୁଦକ୍ଷା ଥିଲେ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ବର୍ତ୍ତମାନର କର୍ମଜୀବୀ ମହିଳାଜଣକ ନିଜର ମା'କୁ ଆଦର୍ଶ ନମୁନା (Role model) ରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସୁଯୋଗ ରହିଥିଲା ।

ପୁଣି ଏପରି ପରିବାରରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଥିବା ସାମାଜୀକରଣ ପ୍ରକ୍ରିୟା ପୁଅ ଓ ଝିଅମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ନଥିଲା । ଝିଅମାନେ ମଧ୍ୟ ପୁଅମାନଙ୍କ ପରି ସୁବିଧାସୁଯୋଗ ପାଉଥିଲେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ପେସାଗତ ସଫଳତା ହାସଲ କରିଥିବା ମହିଳାମାନଙ୍କର ସ୍କୁଲ ଜୀବନରେ ନିଜର ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଭଲ ସମ୍ପର୍କ ରହିଥିଲା । ପାଠ୍ୟ ବିଷୟ ଓ ଶିକ୍ଷକ ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀଙ୍କ ପ୍ରତି ବିରାଗ ନଥିଲା । ଅତି ବିଚକ୍ଷଣ ବୁଦ୍ଧିସମ୍ପନ୍ନ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଯଥାରୀତି କଲେଜ ଶିକ୍ଷା ଶେଷ କରିଥିଲେ । କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ଶିକ୍ଷାଗତ ଯୋଗ୍ୟତାର ମାତ୍ରା ପରବର୍ତ୍ତୀ

Digitized by srujanika@gmail.com

କ୍ଷମତା ଲାଭ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ସମ୍ବନ୍ଧର ମାତ୍ରା ନାରୀ ଅପେକ୍ଷା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅଧିକ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚଶିକ୍ଷା ସେମାନଙ୍କର ଆଗାମୀ କ୍ଷମତା ଲାଭ ସମ୍ପର୍କରେ ଯେପରି ଦୃଢ଼ ପୂର୍ବାନୁମାନ ଦେଇଥାଏ, ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେପରି ଦୃଢ଼ ପୂର୍ବାଭାସ ଦେଇନଥାଏ ।

ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ତରରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କ୍ଷମତାର ବିକାଶ ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ଥିବା ଅନ୍ୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ବିଚାର ଶୈଳୀ (Cognitive Style) । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ପରିଲକ୍ଷିତ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ପୁରୁଷ ପରିଚାଳକମାନେ ଅଧିକ ଭାବରେ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଭୟ ଓ ଶାସ୍ତିବିଧାନର ଆଶଙ୍କା ସୃଷ୍ଟିକରି ନିଜର କ୍ଷମତା ବିସ୍ତାର କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀମାନେ ଆଲୋଚନା ଓ ଯୋଗାଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଏପରି ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନାର ପ୍ରଯତ୍ନ କରନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ପରିମାଣରେ ଅନୁକରଣୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଅନୁସରଣ କରନ୍ତି ଏବଂ ଲୋକସଂପର୍କ ଦୃଢ଼ କରନ୍ତି ।

କ୍ଷମତା ସହିତ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଦିଗଟି ହେଉଛି ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନମୁଖୀ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ (Achieving Personality) । ଉଚ୍ଚପଦବୀକୁ ଯାଇଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କର ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ । ମାତ୍ର ସମାନ ସ୍ତରରେ ପହଞ୍ଚିଥିବା ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବିଶେଷ ପରିମାଣରେ ଅଭିପ୍ରେରଣାଗତ ପାର୍ଥକ୍ୟ ନ ଥାଏ । ବରଂ ଉଚ୍ଚପଦବୀ ଅଧିକାର କରିଥିବା ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବା ସତ୍ତ୍ୱେ ଏପରି ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଭ କରିଥିବାରୁ ସେମାନଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନମୁଖୀ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ସ୍ୱୀକୃତି ଦିଆଯିବ ।

ତଥାପି କେତେକ ଅନୁଧ୍ୟାନରେ ଦୁଇଟି ପାର୍ଥକ୍ୟ ପ୍ରମାଣିତ ହୋଇଛି । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ (Self-Confidence)ର ତୁଳନା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କମ୍ ଥିବାର ପ୍ରମାଣ ରହିଛି । ସମ୍ଭବତଃ ନାରୀ ସମ୍ପର୍କିତ ସାମାଜିକ ଧାରଣାର ବଶବର୍ତ୍ତୀ ହୋଇ ନାରୀମାନେ ଏପରି ଅଭାବବୋଧର ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି । ଆଉ କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ନାରୀମାନଙ୍କର "ସଫଳତାର ଭୟ" (Fear of Success) ପରି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଉପାଦାନଟିର ଭୂମିକା ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ସମୟରେ ଦୁଇଟି ପରସ୍ପର ବିରୋଧି ପ୍ରବୃତ୍ତି ସକ୍ରିୟ ଥାଏ । ସେମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନ ପାଇଁ ସଫଳତା ଚାହାନ୍ତି । ମାତ୍ର ସଫଳତା ଲାଭ କଲେ ତାଙ୍କର ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣାବଳୀର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ହେବ, ଏପରି ଭୟ ମଧ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଫଳରେ ସ୍ୱାଭାବିକ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ସେମାନଙ୍କର ନଥାଏ ।

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଭିଳାଷ (Aspiration) ତୁଳନା କଲେ ବିଶେଷ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଇ ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର କେବଳ ବୃତ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷ (Career aspiration) ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ପରିମାଣର ବୃତ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷ ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ଜୀବିକା ଆରମ୍ଭ ବେଳେ ଏବଂ କର୍ମମୟ ଜୀବନ ମଧ୍ୟରେ ସର୍ବୋଚ୍ଚ ବେତନ ସମ୍ପର୍କରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଭିଳାଷ ଅନୁଧ୍ୟାନ କଲେ ନାରୀମାନେ ନିମ୍ନ ସୀମାରେଖା ସୂଚାଇଥାନ୍ତି । ସେହିପରି ପଦୋନ୍ନତି ସମ୍ପର୍କରେ ସେମାନଙ୍କର ଆଗ୍ରହର ଆତିଶଯ୍ୟ ନ ଥାଏ । ସମ୍ଭବତଃ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଉଚ୍ଚ ଅଭିଳାଷ ପୋଷଣ କରୁଥିବାରୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ନିଜର ଅଭିଳାଷ ନେଇ କିଛିଟା ସାଲିସ୍ କରନ୍ତି ।

ପରିଶେଷରେ କୁହାଯାଇଛି ଯେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ବାହାରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ଭୂମିକାର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ କ୍ଷମତା-ବିକାଶର ଅନ୍ତରାୟ । ଶିଶୁପାଳନ ଓ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱ ନାରୀମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟପରିସରର ଏକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ । କାର୍ଯ୍ୟସବୁର ତୁଳନାତ୍ମକ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ସୂଚାଇବା ସମୟରେ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା ପରି ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶରେ ୩୩ ପ୍ରତିଶତ ନାରୀ ପରିବାର ଦାୟିତ୍ୱକୁ ମୁଖ୍ୟ ବୋଲି ସୂଚାଇଥାନ୍ତି । ସୁତରାଂ ଭାରତବର୍ଷରେ ଏହା ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ସହଜରେ ଅନୁମେୟ । ବିବାହ ନାରୀର କ୍ଷମତା ବିକାଶର ଆଉ ଏକ ଉପାଦାନ । ବିବାହିତ ନାରୀମାନେ ପୂର୍ଣ୍ଣଭାବେ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ନୁହଁନ୍ତି, ଏହା ଏକ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣା । ପୁଣି ସନ୍ତାନ ଜନ୍ମର ପୂର୍ବ ଓ ପର ସମୟରେ କିଛି କାଳପାଇଁ ଛୁଟି ନେବାର ଘଟଣା ନାରୀର କର୍ମପ୍ରବାହକୁ ଅବ୍ୟାହତ ରଖେନାହିଁ । ଏସବୁ ଘଟଣା ଅପେକ୍ଷା ଶାରୀରିକ ସାମର୍ଥ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଏକ ସନ୍ଦେହ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ପ୍ରକୃତରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ବୃତ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷର ପାର୍ଥକ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ନିର୍ଭରଯୋଗ୍ୟ ପ୍ରମାଣ ନାହିଁ । କିନ୍ତୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ପୁରୁଷର ଭୂମିକା ଏବଂ ପରିବାରରେ ନାରୀ ଭୂମିକାର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଏକ ପ୍ରକାର ନିଶ୍ଚୟାତ୍ମକ ପରିଣତି ନ ଘଟାଇ ସଂଶୟାତ୍ମକ ଅନୁଭବ ସୃଷ୍ଟି କରିଛି ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀ

ଜୀବନ ଶୈଳୀର ଦ୍ରୁତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଖୁବ ସ୍ପଷ୍ଟ ଓ ପ୍ରକାଶ୍ୟ ରୂପ ନେଇଛି । ପ୍ରତିଦିନ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଛନ୍ତି । ଗୃହର ଦାୟିତ୍ୱ ଏବଂ ଶିଶୁର ପ୍ରତିପାଳନ ପରି ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକା ପରିବର୍ତ୍ତେ ବହୁ ଧରଣର କର୍ମଜୀବନ ନାରୀମାନେ ବାଛି ନେଉଛନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍ଥାରେ ଏକାଧିକ ପଦବୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଂଖ୍ୟା ବେଶି ନହେଲେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ପୁରାପୁରି ନେତୃତ୍ୱ ପରିସରରୁ ନିର୍ବାସିତ ନୁହଁନ୍ତି । ଏ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀ-ନେତୃତ୍ୱର ଶୈଳୀ ସମ୍ପର୍କରେ କୌତୂହଳ ସୃଷ୍ଟିହେବା ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ କଥା ।

ନାରୀର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀର ରୂପରେଖ ବିଚାର କରିବା ପୂର୍ବରୁ ନେତୃତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ । ପୂର୍ବେ ନେତୃତ୍ୱକୁ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶେଷଙ୍କର ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଗୁଣାବଳୀ ରୂପେ ବିଚାର କରାଯାଉଥିଲା । ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା, କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା, ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା, ଆତ୍ମ-ବିଶ୍ୱାସ ଓ ଆତ୍ମ-ସଚେତନତା ପରି କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ନେତା ପଦବାଚ୍ୟ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଉଥିଲା । ମାତ୍ର ବର୍ତ୍ତମାନ ନେତୃତ୍ୱଟିକୁ ଏକ ସାମଗ୍ରିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା ବୋଲି ବିଚାର କରାଯାଉଛି । ପରିସ୍ଥିତି ଏବଂ ଅନୁସରଣକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରି କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ବିଶେଷ ଗୁଣସବୁ ନେତୃତ୍ୱ ପ୍ରକ୍ରିୟାର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ ।

ଏପରି ବିଚାରରେ ପରିସ୍ଥିତି, ଅନୁସରଣକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିସମୂହ ଏବଂ ନେତାଙ୍କର ଗୁଣ ସମ୍ମିଳିତ ଭାବରେ ନେତୃତ୍ୱର ଉତ୍କର୍ଷ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିଥାଏ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି – ନାରୀ ପୁରୁଷ ଭେଦରେ ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀରେ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଏ କି ? ଏ ପ୍ରଶ୍ନଟି ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ସ୍ପଷ୍ଟ ଉତ୍ତର ମିଳିବାରେ କିଛିଟା ବାଧା ରହିଛି । ପ୍ରଥମତଃ ପୂର୍ବ ତୁଳନାରେ ଏବେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ସଂଖ୍ୟାରେ ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍ଥା ଓ ଶିକ୍ଷାୟନରେ ପ୍ରବେଶ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଉଚ୍ଚ ପଦବୀରେ ଅଧିଷ୍ଠିତ ନାରୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ତୁଳନାରେ ଖୁବ୍ କମ୍ । ସୁତରାଂ ଯଥେଷ୍ଟ ସଂଖ୍ୟକ ଉଚ୍ଚପଦସ୍ଥ ନାରୀ ପଦାଧିକାରୀ ନ ଥିବାରୁ ସର୍ବେକ୍ଷଣ କରିବା ଅପେକ୍ଷାକୃତ କଷ୍ଟକର । ସର୍ବସାଧାରଣ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ ନେତୃସ୍ଥାନୀୟ ନାରୀମାନଙ୍କ ସଂଖ୍ୟା ନଗଣ୍ୟ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ କମ୍ । ଅବଶ୍ୟ ଶ୍ରୀଲଙ୍କାର ପୂର୍ବତନ ରାଷ୍ଟ୍ରପତି ଶିରିମୋଭୋ ବନ୍ଦରନାୟକ, ଇସ୍ରାଏଲର ପୂର୍ବତନ ପ୍ରଧାନମନ୍ତ୍ରୀ ଗୋଲଡ୍‌ା ମେୟର୍, ଭାରତର ଇନ୍ଦିରା ଗାନ୍ଧୀ ଏବଂ ବ୍ରିଟେନର ମାର୍ଗାରେଟ୍ ଥାଚର୍‌ଙ୍କ ଭଳି

Digitized by srujanika@gmail.com

ତୁଙ୍ଗ ନାରୀ ନେତ୍ରୀମାନେ ଇତିହାସରେ ସ୍ଥାନ ପାଇଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାର ରାଜନୈତିକ-ସାମାଜିକ ବିବର୍ତ୍ତନରେ ମାଳତୀ ଚୌଧୁରୀ, ରମାଦେବୀ ଏବଂ ଅନ୍ନପୂର୍ଣ୍ଣା ମହାରଣାଙ୍କ ଭଳି ନେତୃତ୍ୱର ଉତ୍କର୍ଷ ଜନସ୍ୱୀକୃତି ଲାଭ କରିଛି । ତଥାପି ଗୋଷ୍ଠୀଗତ ଭାବରେ ନାରୀ ନେତୃତ୍ୱ ଅନୁଶୀଳନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଂଖ୍ୟାଗତ ନ୍ୟୁନତା ଏକ ପ୍ରକୃତ ବାଧା ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ, ସମାଜରେ ନାରୀ ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଚଳିତ ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାସବୁ ଅନ୍ୟପ୍ରକାର ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଏପରିକି ପ୍ରଗତିଶୀଳ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶମାନେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ବଦ୍ଧମୂଳ ଧାରଣାରୁ ପୂରାପୂରି ମୁକ୍ତ ନୁହଁନ୍ତି । ନାରୀମାନେ ନେତୃତ୍ୱ ଗୁଣର ଅଧିକାରୀ ହେବା କଷ୍ଟକର, ଏପରି ଭାବନା ବହୁ ଦେଶରେ ପ୍ରଚଳିତ । କିଛି ବର୍ଷତଳେ ପୃଥିବୀରେ ବହୁ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ଗବେଷଣା ପତ୍ରିକା ହାର୍ଭାଡ଼ ବିଜିନେସ୍ ରିଭିଉ ପ୍ରାୟ ଦୁଇ ହଜାର ଉଚ୍ଚପଦସ୍ଥ ପଦାଧିକାରୀମାନଙ୍କର ଉତ୍ତରକୁ ଭିତ୍ତିକରି ପ୍ରକାଶ କରିଥିଲେ ଯେ ପ୍ରତିଶତ ୪୧ ଜଣ ବ୍ୟକ୍ତି ନେତୃସ୍ଥାନୀୟ ପଦବୀରେ ନାରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରବେଶକୁ ବିରୋଧ କରନ୍ତି । ଏପରି ବିରୋଧ କେବଳ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନୁହେଁ । ନାରୀମାନେ ମଧ୍ୟ ନାରୀ ନେତୃତ୍ୱକୁ ପ୍ରଶଂସାସୂଚକ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଦେଖୁନଥାନ୍ତି ।

ଏସବୁ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସତ୍ତ୍ୱେ ନାରୀ ନେତୃତ୍ୱର ଶୈଳୀ ସମ୍ପର୍କରେ ବ୍ୟବହାର ବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଯଥେଷ୍ଟ ଗବେଷଣା କରିଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ, ବଡ଼ ଧରଣର ସର୍ବେକ୍ଷଣକୁ ଭିତ୍ତିକରି କେତୋଟି ବିଶିଷ୍ଟ ଦିଗର ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ । ଉଚ୍ଚ ପଦବୀରେ ଥିବା ବହୁ ସଂଖ୍ୟକ ନାରୀମାନଙ୍କ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରାଯାଇ କେତୋଟି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ମିଳିଲା । ଦେଖାଗଲା ଯେ ଉଚ୍ଚପଦବୀରେ ଥିବା ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ଏକ-ତୃତୀୟାଂଶ ନାରୀମାନଙ୍କର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀ ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟସମ୍ପାଦନ-ମୁଖୀ । ଏମାନେ ସଂସ୍ଥାର ଲକ୍ଷ୍ୟଟିକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝନ୍ତି ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ବୁଝାନ୍ତି । କିପରି କାର୍ଯ୍ୟପଦ୍ଧତି ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନର ଅନୁକୂଳ ହେବ, ତାହାର ବିଚାର କରି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦିଅନ୍ତି । ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନ ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ପରିମାଣରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ମଧ୍ୟ ଜାରୀ କରନ୍ତି । ବେଳେବେଳେ ଉତ୍ପାଦନ ବୃଦ୍ଧି କରିବା ପାଇଁ ଅଧିକ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ମୁଖ୍ୟତଃ ଏମାନଙ୍କ ଶୈଳୀରେ ଆନୁଷ୍ଠାନିକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟ-ସାଧନ କାର୍ଯ୍ୟପଦ୍ଧତି ଗୁରୁତ୍ୱ ଲାଭ କରିଥାଏ ।

ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ଆଉ ଏକତୃତୀୟାଂଶ ଲୋକସମ୍ପର୍କମୁଖୀ । ଏମାନେ ବିଶେଷ ଭାବରେ କୋହଳ ନୀତି ଅନୁସରଣ କରନ୍ତି । ଅନୁଗାମୀ ଲୋକମାନଙ୍କ ସହିତ ଉତ୍ତମ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା ଏମାନଙ୍କର ମୂଳ ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଏହାଛଡ଼ା, ଅନୁଗାମୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାରସ୍ପରିକ ସୁସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତି ମଧ୍ୟ ଏମାନେ ଧ୍ୟାନଶୀଳ । ଲୋକମାନଙ୍କର ଆନନ୍ଦ ଓ ସନ୍ତୋଷକୁ ଏମାନେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଉଥିବାରୁ ବିଶେଷ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଜାରୀ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ଅନୁଗାମୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ କାର୍ଯ୍ୟରେ କିଛିଟା ଅବହେଳା ପ୍ରଦର୍ଶନ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏମାନେ ସହ୍ୟ କରିଥାନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କଟିକୁ ପ୍ରୀତିପଦ ରଖିବା ଦିଗରେ ଏମାନଙ୍କର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀ ସଚେଷ୍ଟ ହୋଇଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନେତା ସ୍ଥାନରେ ଥିବା ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରାୟ ଏକ-ଷଷ୍ଠାଂଶ ନାରୀଙ୍କର ନେତୃତ୍ୱ ଉଦାସୀନ ଶୈଳୀର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଏମାନେ କେବଳ ନିଜ ପଦ ମର୍ଯ୍ୟାଦାକୁ ଜଗିରଖି ଯେତିକି ଦରକାର ସେତିକି କରନ୍ତି । ଅଧିକା କିଛି କରିବା କିମ୍ବା ଆଗ୍ରହ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ମନୋଭାବ ପ୍ରକାଶ ପାଏନାହିଁ । ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ଏମାନେ ଉଦାସୀନତା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀ ଓ ଅନୁସରଣକାରୀ ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କଠାରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଦୂରତ୍ୱ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି ।

ଅନ୍ୟ ଏକ-ଷଷ୍ଠାଂଶ ନାରୀମାନଙ୍କର ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀ ସୁବିଧା ଅନ୍ୱେଷଣ କରିବାର ମନୋବୃତ୍ତି ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ବ୍ୟବହାର କରି ଏମାନେ କିପରି ଉପରକୁ ଉପରକୁ ଉଠିପାରିବେ, ଏପରି ଯୋଜନାରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ସହାୟତା ଲାଭ କରିବାର ପରିକଳ୍ପନା କରନ୍ତି । ନିଜର ସୁଖସୁବିଧା ଏପରି ଶୈଳୀରେ ପ୍ରଧାନ୍ୟ ଲାଭ କରେ ।

ଅବଶ୍ୟ ଉଭୟ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀରେ କେତୋଟି ମାନସିକତା ସ୍ପଷ୍ଟ ରୂପେ ଦେଖାଯାଏ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ପରି ନାରୀନେତ୍ରୀମାନଙ୍କ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବାର ଅଭିପ୍ରେରଣା ଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ କେତେକ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କ ମତରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ପାଇଁ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଯଥେଷ୍ଟ ଆଗ୍ରହ ଓ ଅଭୀପ୍ସା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ବିଫଳତାର ଭୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ ଥାଏ । ତଥାପି ଆଗେଇଯିବାର ନିଶା ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ନେତାମାନଙ୍କର ଉଚ୍ଚସ୍ତରରେ ରହିଥାଏ ।

ନାରୀନେତୃତ୍ୱର ଅନ୍ୟ କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଧାରକ ସମ୍ପର୍କରେ ଗବେଷଣା କରାଯାଇ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପରିବାରରେ ପ୍ରଥମେ ଜନ୍ମ ନେଇଥିବା କନ୍ୟାର ଅନ୍ୟ କନ୍ୟାମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ଅଧିକ ନେତୃତ୍ୱ ଅଭୀପ୍ସା ଥାଏ । ନାରୀମାନେ ବିଭିନ୍ନ ସଂସ୍ଥାରେ ନେତୃତ୍ୱର ପଦବୀ ନେଲାବେଳେ ପ୍ରାଥମିକ ଅବସ୍ଥାରେ ସେମାନେ ଅଧିକ ନିର୍ଦ୍ଦେଶମୁଖୀ ରହନ୍ତି । କୋଡ଼ିଏ ତିରିଶ ବର୍ଷ ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ସେମାନେ ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱରେ ରହୁଥିଲେ, ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ନିର୍ଦ୍ଦେଶ ଦେଇ ନେତୃତ୍ୱ ଜାହିର କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ବୟସର ବୃଦ୍ଧିଘଟିଲେ ଚାଳିଶରୁ ପଞ୍ଚାବନ ବୟସ ସୀମା ମଧ୍ୟରେ ସେମାନେ ଅପରିପକ୍ୱତା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ସେମାନେ ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଅନୌପଚାରିକ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠା କରି ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ନେତା ହୋଇଥାନ୍ତି ।

ଏହା ବେଶ୍ ଜଣାଶୁଣା କଥା ଯେ ନେତାମାନେ ଅନ୍ୟ ସହିତ ଭାବର ଆଦାନପ୍ରଦାନ କଲାବେଳେ ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ପାଇଁ ଯୋଗାଯୋଗ କଲାବେଳେ କଥାବାର୍ତ୍ତା ବ୍ୟତୀତ ଅନ୍ୟସବୁ ଭାଷାବିହୀନ ଉପାଦାନର ଉପଯୋଗ କରନ୍ତି । ଏପରି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦେଖାଯାଏ । କଥାବାର୍ତ୍ତା ବେଳେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଦୂରତ୍ୱ ରକ୍ଷା କରିବା, ଚକ୍ଷୁର ଚାହାଣି, ସ୍ପର୍ଶ, ମୁଖଭଙ୍ଗୀ ଏବଂ ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀ ଇତ୍ୟାଦି ଏ ଧରଣର ଭାଷାବିହୀନ ଉପାଦାନ । ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଏକ ତୁଳନାତ୍ମକ ଭାଷାହୀନ ଯୋଗାଯୋଗ ମାଧ୍ୟମରେ ଶକ୍ତିର ସଙ୍କେତ ଦେବାସ୍ଥଳେ ନାରୀନେତ୍ରୀମାନେ ସମ୍ପର୍କର ସଙ୍କେତ ଦିଅନ୍ତି । ପୁରୁଷମାନେ କିପରି ଉଚ୍ଚ ପଦମର୍ଯ୍ୟାଦାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଛନ୍ତି,

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏହା ପୁରୁଷ ନେତାମାନେ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଲକ୍ଷ୍ୟପୂରଣରେ କିପରି ପରସ୍ପର ସହ ସମ୍ପର୍କ ଓ ସହଯୋଗ ଲୋଡ଼ା, ତାହା ନାରୀ ନେତ୍ରୀମାନେ ସୂଚନା ଦିଅନ୍ତି ।

ନାରୀର ନେତୃତ୍ୱ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପ୍ରଶ୍ନ ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ନେତୃତ୍ୱର କେତେକ ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଉପାଦାନ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଭିନ୍ନତାରେ ନେତୃତ୍ୱ ଶୈଳୀର ପାର୍ଥକ୍ୟ ରହି ସରକାରୀ ସଂସ୍ଥାରେ ଅମଲାତନ୍ତ୍ର ଔପଚାରିକ ବ୍ୟବହାର ଏବଂ ଶୃଙ୍ଖଳାବିଧାନ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଲାଭ କରୁଥିବା ସ୍ଥଳେ ଗତିଶୀଳ ବ୍ୟବହାର ସଂସ୍ଥାରେ ଅନୌପଚାରିକ ସମ୍ପର୍କ ଓ ପାରସ୍ପରିକ ବୁଝାମଣା ଗୁରୁତ୍ୱ ଲାଭକରେ । ସେହିପରି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ଓ ଗବେଷଣା ପ୍ରତିଷ୍ଠାନ ପରି ଗତିଶୀଳ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କରେ ଅନୌପଚାରିକ ଯୋଗାଯୋଗର ଚାହିଦା ଥାଏ । ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଉଚ୍ଚନୀଚ ପଦ ପାର୍ଥକ୍ୟକୁ ଖାତିରି ନକରି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ ସହ ଯୋଗାଯୋଗ କରନ୍ତି । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ଏପରି ଗତିଶୀଳ ଏବଂ ଅନୌପଚାରିକ ସଂସ୍ଥାମାନଙ୍କରେ ନେତୃତ୍ୱର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଲାଭ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା ସରକାରୀ ସଂସ୍ଥାପରି ଅମଲାତନ୍ତ୍ର ସଂସ୍ଥା ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଧିକ ସୁଯୋଗ ରହିଥାଏ ।

ନାରୀର ନେତୃତ୍ୱ ସମ୍ପର୍କରେ ଶେଷ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି–ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ନେତୃତ୍ୱର ବିକାଶ ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ତାଲିମର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି କି ? ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଉଛି ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱବୋଧ ଏବଂ ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ବିକଶିତ ନେତୃତ୍ୱକୁ ଉନ୍ନତ ରୂପରେଖ ଦିଏ । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଏ ଦୁଇଟି ଗୁଣ ଅଧିକ ଥିବାରୁ ଏ ଦୁଇଟି ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ ନାରୀ ନେତୃତ୍ୱର ସୂଚକ ହୁଏ । ତଥାପି ପୁରୁଷ–ପ୍ରଧାନ ସଂସ୍ଥା ଓ ସମାଜରେ ସଫଳ ନେତୃତ୍ୱ ପାଇଁ ଅନ୍ୟ କେତେକ କୌଶଳର ଆବଶ୍ୟକତା ଥିବାରୁ ନାରୀମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ଅଭାବବୋଧ ରହିଥାଏ ।

କେତେକ ଗବେଷଣାରେ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଉଭୟେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷ ନେତୃତ୍ୱ ନେଉଥିବାରୁ ସଂସ୍ଥା ଅଧିକ ସଫଳତା ହାସଲ କରେ । ଏକ ସମ୍ମିଳିତ ନେତୃତ୍ୱର ପରିବେଶରେ ଅନେକଗୁଡ଼ିକ ନେତୃତ୍ୱମୁଖୀ ଗୁଣର ସମାରୋହ ଘଟିବା ଫଳରେ କେତେକ ବିଶେଷ ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣ ହୁଏ । ନାରୀମାନଙ୍କର ଲୋକସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କୁଶଳତା ଏବଂ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟସମ୍ପାଦନ ଦକ୍ଷତା ଏକ ସାମାଜିକ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ଆଧୁନିକ କାଳରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ସଫଳତା ସତ୍ତ୍ୱେ ବହୁ ଅନୁଷ୍ଠାନ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ତାଲିମ ବ୍ୟବସ୍ଥାର ସାହାଯ୍ୟ ନେଇଛନ୍ତି । ମାତ୍ର ବ୍ୟବହାରବିଜ୍ଞାନୀମାନଙ୍କ ମତରେ ଏପରି ପଦକ୍ଷେପ ଗତାନୁଗତିକ ଚିନ୍ତାଧାରାର ପରିଚାୟକ । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ନାରୀ ପୁରୁଷ ନିର୍ବିଶେଷରେ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ନେତୃତ୍ୱ ପାଇଁ ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବା ଉଚିତ । ପ୍ରଶିକ୍ଷଣ ମାଧ୍ୟମରେ ନାରୀ ଏବଂ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ନେତୃତ୍ୱର ଉନ୍ନତ ଶୈଳୀ ସମ୍ପର୍କରେ ତାଲିମ ଦିଆଯାଇ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ସମାଜ ଗଠନ କରାଯାଇପାରିବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସଫଳ ଜନନୀ ସମ୍ପର୍କରେ

ସଫଳ ଜନନୀର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ହାସଲ କରିବା ଅଧିକାଂଶ ନାରୀମାନଙ୍କର ଲକ୍ଷ୍ୟ । ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ କର୍ମଜୀବୀର ଭୂମିକା ଏବଂ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଦାୟିତ୍ୱ ନାରୀର କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ପରିସରକୁ ସଂପ୍ରସାରିତ କରିଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ ନିର୍ବାସିତ ହୋଇନାହିଁ । ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନେ ଶିଶୁପାଳନକୁ ସେମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ରୂପେ ସ୍ୱୀକାର କରନ୍ତି ।

ସଫଳ ଜନନୀ ହେବା ଏକ ଆହ୍ୱାନମୂଳକ କାର୍ଯ୍ୟଧାରା । ଗାଣିତିକ ସୂତ୍ର ମୁଖସ୍ଥ କରି ଗାଣିତିକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କଲାପରି କେତେକ ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୂତ୍ରକୁ ଅବଲମ୍ବନ କରି ଶିଶୁପାଳନରେ ସଫଳତା ଅର୍ଜନ କରିବା ସମ୍ଭବପର ନୁହେଁ । ଜ୍ଞାନ, ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା, ଅନୁଭୂତି ଏବଂ ସର୍ବୋପରି ନିଜ ଭାବ ଓ ଭାବନାର ଉପଯୋଗୀ ପ୍ରୟୋଗ ଫଳରେ ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ଅର୍ଜନ କରାଯାଇପାରେ । ଗୋଟିଏ ପ୍ରବନ୍ଧର ସୀମିତ କଳେବର ମଧ୍ୟରେ ସଫଳ ଜନନୀର ସବୁଦିଗ ଆଲୋଚନା କରିବା ସମ୍ଭବପର ନୁହେଁ । ତଥାପି ସନ୍ତାନର ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶ ପାଇଁ ଜଣେ ଜନନୀ କ'ଣ କରିପାରିବ, ସେ ବିଷୟରେ କେତୋଟି ମୁଖ୍ୟ ଦିଗର ଅବତାରଣା କରାଯାଇପାରେ ।

ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନ ବିକାଶ କେତୋଟି ସୋପାନ ଦେଇ ଗତି କରିଥାଏ । ଶୈଶବ, ବାଲ୍ୟ, କୈଶୋର, ଯୌବନ ଓ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଚାହିଦା (Needs) ଏବଂ ସମସ୍ୟା ସବୁ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ରୂପ ନିଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସନ୍ତାନର ଜନନୀକୁ ମଧ୍ୟ ପାଳନ ଶୈଳୀରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା ଆବଶ୍ୟକ ହୁଏ । କ୍ରମବିକାଶର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନରେ ଜନନୀର ଯେଉଁ ସବୁ ଭୂମିକା ରହିଛି, ସେହିସବୁ ଭୂମିକାର ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ଆଲୋଚନା ବେଶ୍ ଉପଯୋଗୀ ।

ଶୈଶବକାଳୀନ ଦାୟିତ୍ୱ :

ଶିଶୁ ଜନ୍ମ ହେଲା ପରେ ମା'ର ଯେଉଁସବୁ ଦାୟିତ୍ୱ ରହିଛି, ସବୁନାରୀ ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଅବଗତ ବୋଲି ଧରିନିଅନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ଶିଶୁର କ୍ଷୁଧା ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇବା, ଶିଶୁଟିକୁ ଥଣ୍ଡା ଲାଗୁଥିଲେ ଜାମା ପିନ୍ଧାଇ ଉଷ୍ମତା ପ୍ରଦାନ କରିବା ଏବଂ ଶିଶୁଟିକୁ ଗରମ ଲାଗୁଥିଲେ ତାକୁ ଶୀତଳତାର ଅନୁଭବ ଯୋଗାଇବାର କାମ ସମ୍ପର୍କରେ ସମସ୍ତେ ସଚେତନ । ମାତ୍ର ଶୈଶବ କାଳରେ ମଣିଷ ଶିଶୁର ଆଉ ଗୋଟିଏ ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ତାହା ହେଉଛି

Digitized by srujanika@gmail.com

ମା'ର "କୋମଳ ସ୍ପର୍ଶ" । ଗବେଷଣାଗାରର ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷାରୁ ଜଣାଯାଇଛି ଯେ ମା'ପ୍ରତି ଶିଶୁର ଅନୁରକ୍ତି ବହୁଳ ଭାବରେ ସ୍ପର୍ଶ ଉପରେ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ । ଆମେ ସାଧାରଣ ଭାବେ ଧାରଣା କରିଥାଉ ଯେ ଶିଶୁ ତାର ଜନନୀକୁ ଭଲ ପାଇବାର କାରଣ ହେଉଛି – ଜନନୀ ଖାଦ୍ୟଦାତ୍ରୀ । ମାତ୍ର ବହୁ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିଦ୍‌ମାନଙ୍କ ମତରେ ମା' ଶିଶୁର ଜନ୍ମକାଳରୁ ଆରମ୍ଭକରି ଶିଶୁକୁ ଯେଉଁ କୋମଳ ସ୍ପର୍ଶ ଦିଏ, ତାହା ଶିଶୁର ଅନୁରକ୍ତିକୁ ଦୃଢ଼ କରିଥାଏ । ମା' ସ୍ଥାନରେ ଅନ୍ୟ କେହି ବ୍ୟକ୍ତି କିମ୍ବା ନାରୀ ଶିଶୁକୁ ଏପରି ସ୍ପର୍ଶର ଅନୁଭୂତି ଦେଲେ ଶିଶୁ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଅନୁରାଗ ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ ।

ଜୀବନର ଆଦ୍ୟ କାଳରେ ସ୍ପର୍ଶର ଏପରି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ରହିଥିବାରୁ ଜନନୀ ଶିଶୁକୁ ନିଜର ସ୍ପର୍ଶ ଦେବେ । ସ୍ତନ୍ୟପାନ ସମୟରେ ଶିଶୁକୁ ଜାବୋଡ଼ି ଧରିବା ଏପରି ଅନୁଭବକୁ ଦୃଢ଼ କରିବ । ଏପରି ସ୍ପର୍ଶ ଶିଶୁର ମାନସିକ ବିକାଶରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ସମୟ ପରେ ଶିଶୁକୁ ଅଧିକ ସ୍ପର୍ଶ କରିବା କିମ୍ବା କୋଳ କରିବା କ୍ଷତିକାରକ ବୋଲି ପୂର୍ବରୁ ପାଶ୍ଚାତ୍ୟ ଦେଶର ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ପରାମର୍ଶ ଦେଉଥିଲେ । ଏପରି କଲେ ଶିଶୁ ଅଧିକ ନିର୍ଭରଶୀଳ ହେବ ବୋଲି ଆଶଙ୍କାର ବାଣୀ ଶୁଣାଉଥିଲେ । ମାତ୍ର ଏବେ ସେମାନେ ପୂର୍ବର ମତ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରି ସ୍ପର୍ଶର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ସୂଚାଉଛନ୍ତି । ଏସିଆ ଓ ଆଫ୍ରିକା ଦେଶରେ ଜନନୀମାନେ ଏ ଦିଗରେ ଅଧିକ ସଫଳ ବୋଲି ମତବ୍ୟକ୍ତ କରିଛନ୍ତି ।

ଶୈଶବ କାଳରେ ଶିଶୁପ୍ରତି ଜନନୀର ଅନ୍ୟତମ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ ହେଉଛି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ମାତୃତ୍ୱ (Sensitive motherhood) । ଏହା ଶିଶୁର ସାମାଜିକ ଆବେଗିକ (Socio-emotional) ବିକାଶକୁ ଦୃଢ଼ କରେ । ଜୀବନର ପ୍ରତିଟି ସୋପାନରେ କିଛି ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଥାଏ । ଶୈଶବକାଳରେ ଶିଶୁର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ହେଉଛି ବିଶ୍ୱାସ-ଅବିଶ୍ୱାସ (Trust Versus Mistrust)ର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ଧରାଯାଉ ଶିଶୁଟି ପରିସ୍ରା କରି ବିଛଣାରେ ବହୁତ ସମୟ ପଡ଼ିରହିଛି । ସେ ଦିଗ ପ୍ରତି ଜନନୀର ଦୃଷ୍ଟି ନାହିଁ । ସେ ତାଙ୍କର ନିଜର ସମୟ ଦେଖି ବିଛଣା ପରିବର୍ତ୍ତନ କରୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ଶିଶୁଟି କ୍ଷୁଧାର୍ତ୍ତ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ପାଉନାହିଁ । ଏପରି ଅନୁଭବର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଶିଶୁ ମନରେ ଅବିଶ୍ୱାସ ଆଣିବ । ବାହ୍ୟଜଗତର ଲୋକ (ଯଥା : ମା) କିମ୍ବା ବାହ୍ୟ ପରିବେଶରେ ଯେ ସ୍ଥିରତା ରହିଛି ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରାଯାଇପାରେ, ଏପରି ବିଶ୍ୱାସ ସୃଷ୍ଟି ହେବ ନାହିଁ ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଶିଶୁର ଆବଶ୍ୟକତା ପ୍ରତି ଯଥାବିଧି ଦୃଷ୍ଟି ଦେଉଥିବା ଜନନୀ ଶିଶୁ ମନରେ ବିଶ୍ୱାସର ଅଙ୍କୁରଣ କରନ୍ତି । ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ଯେ ଶିଶୁଟି କାନ୍ଦିଲାମାତ୍ରେ ଜନନୀ ତାହାକୁ ଖାଦ୍ୟ ଦେବେ । କିନ୍ତୁ ଆବଶ୍ୟକତାର ଅଳ୍ପସମୟ ବ୍ୟବଧାନରେ ପ୍ରତିବିଧାନ କରିବାର ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳତା ଶିଶୁ ମନରେ ବିଶ୍ୱାସର ଉନ୍ମେଷ ଘଟାଏ । ମା' ପ୍ରତି ଶିଶୁର ଏହି ବିଶ୍ୱାସ କ୍ରମଶଃ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ସମ୍ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ । ବାହ୍ୟ ଜଗତର ଘଟଣାସବୁ ବିକ୍ଷିପ୍ତ (Random) ନୁହେଁ ଏବଂ ଏଥିରେ ଏକ ସ୍ଥିରତା ରହିଛି, ଏପରି ଭାବନାର ଉଦୟ ଘଟେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏପରି ଅନୁଭୂତିର ପୁନରାବୃତ୍ତି ଶିଶୁକୁ ଧୀରେ ଧୀରେ ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଅଧିକାରୀ କରାଏ । ସେ ଇଚ୍ଛାକଲେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସାହାଯ୍ୟରେ ବାହ୍ୟଜଗତରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିପାରିବ, ଏପରି ଆସ୍ଥାଭାବ ଆସିଥାଏ । ଏହା ଶୈଶବ ଓ ତାର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନରେ ତାକୁ ପ୍ରୀତିପଦ ସାମାଜିକ ବ୍ୟବହାର ଶିକ୍ଷାଦିଏ । ନିଜର ବ୍ୟବହାର ଦ୍ୱାରା ସେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଖୁସି କରିପାରିବ, ଏପରି ଧାରଣାର ବିକାଶ ହୁଏ ।

ଶୈଶବ କାଳରେ ଶିଶୁର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା (Intelligence)ର ମଧ୍ୟ ଉନ୍ମେଷ ଘଟେ । ଅବଶ୍ୟ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ସମ୍ପର୍କରେ ଆମର ଯେଉଁସବୁ ସାଧାରଣ ଧାରଣା ରହିଛି, ସେସବୁର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ''ଶୈଶବକାଳୀନ ବୁଦ୍ଧି'' କଥାଟି ଅସ୍ୱାଭାବିକ ମନେହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ଜନ୍ମର ଅଳ୍ପ କେତେ ସପ୍ତାହ ଓ ଅଳ୍ପକେତେ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁର ବୁଦ୍ଧି ତାହାର ଅଙ୍ଗପ୍ରତ୍ୟଙ୍ଗର ଚାଳନା ମାଧ୍ୟମରେ ପ୍ରକାଶ୍ୟରୂପ ନିଏ । ଗୋଡ଼ହାତ ଓ ପାଦର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଚାଳନା, ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ଦୃଷ୍ଟି ଏବଂ ମୁଣ୍ଡକୁ ସଳଖ୍ ରଖିବାର କ୍ରିୟା ଇତ୍ୟାଦି ଏହି ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ପରିପ୍ରକାଶ । ପିଲାମାନଙ୍କର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ସମ୍ପର୍କରେ ସର୍ବସ୍ୱୀକୃତ ତଥ୍ୟ ଯୋଗାଇଥିବା ବିଶ୍ୱବିଖ୍ୟାତ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ଜାଁ ପିଆଜେ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ଏହି ସ୍ତରକୁ ଇନ୍ଦ୍ରିୟକାରକ (Sensory-motor) ବୁଦ୍ଧି ଆଖ୍ୟା ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଜନ୍ମରୁ ଦୁଇବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶିଶୁର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା ତାର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ଓ କାରକ (Motororgans) ଏବଂ ଏମାନଙ୍କର ସମନ୍ୱୟ (Cordinator) ଉପରେ ପର୍ଯ୍ୟବସିତ ହୋଇଥିବାରୁ ମା'ପ୍ରତି ମାର୍ଗଦର୍ଶକର ସୂଚନା ସ୍ପଷ୍ଟ । ପ୍ରଥମତଃ ଶିଶୁ ତାହାର ଇନ୍ଦ୍ରିୟ ସବୁର (ଆଖି, ନାକ, କାନ ଇତ୍ୟାଦି) ବ୍ୟବହାର ପାଇଁ ଯଥେଷ୍ଟ ସୁଯୋଗ ପାଇବା ଉଚିତ । ସେହିପରି ହାତ, ଗୋଡ଼ ଓ ମାଂସପେଶୀସବୁକୁ ପ୍ରୟୋଗ ମଧ୍ୟ ସେ ଶିକ୍ଷା କରିବା ଉଚିତ । କୌତୂହଳର ବିଷୟ ଯେ ଗୋଟିଏ ବିକାଶ ଅନ୍ୟଟିର ଅଭିବୃଦ୍ଧିରେ ସାହାଯ୍ୟକରେ । ଆଫ୍ରିକାର ଗୋଟିଏ ଗୋଷ୍ଠୀର ମା'ମାନେ ସେମାନଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଗଲାବେଳେ ପିଠିରେ ଗୋଟିଏ ବ୍ୟାଗରେ ଶିଶୁକୁ ନେଇଯାଆନ୍ତି । ବ୍ୟାଗଟି ଖୋଲାଥିବାରୁ ଶିଶୁ ଯିବା ସମୟରେ ବହୁ ଜିନିଷ ଦେଖେ ଓ ଶବ୍ଦ ଶୁଣେ । ଆଫ୍ରିକାର ଅନ୍ୟ ଏକ ଗୋଷ୍ଠୀର ମା' ମାନେ ଶିଶୁକୁ ନେବାବେଳେ ଘୋଡ଼ଣୀ ଥିବା ବ୍ୟାଗରେ ଶିଶୁକୁ ନିଅନ୍ତି । ଶିଶୁର ନିଃଶ୍ୱାସ ପ୍ରଶ୍ୱାସରେ ଅସୁବିଧା ହୁଏ ନାହିଁ, କିନ୍ତୁ ସେ ଅଳ୍ପ ଦେଖେ ଓ କମ୍ ଶୁଣିବାର ସୁଯୋଗ ପାଏ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପ୍ରଥମ ଗୋଷ୍ଠୀର ଶିଶୁମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ବୟସରେ ଚାଲିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ହାସଲ କରନ୍ତି । ସମ୍ଭବତଃ ସେମାନଙ୍କର ଦର୍ଶନେନ୍ଦ୍ରିୟର ଅଧିକ ବିକାଶ ଏ ଦିଗରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଉପରୋକ୍ତ ଦ୍ୱିତୀୟ ଗୋଷ୍ଠୀର ଶିଶୁମାନେ ଏପରି ସଫଳତା ଦର୍ଶାଇ ନଥାନ୍ତି । ଶିଶୁର ଇନ୍ଦ୍ରିୟସବୁର ଅଧିକ ଉପଯୋଗ ଏବଂ ବାହ୍ୟଜଗତକୁ ଅନ୍ୱେଷଣ (Exploration) କରିବାର ସୁଯୋଗ ପ୍ରଦାନ ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଧରଣର ଦାୟିତ୍ୱ ।

ବାଲ୍ୟସମୟର ପରିପାଳନ :

ବାଲ୍ୟସମୟ (childhood)ର ଦୁଇଟି ସ୍ତର ରହିଛି । ତାହା ହେଉଛି ପିଲାଟିର ଦୁଇବର୍ଷରୁ ଛ'ବର୍ଷ ବୟସର ସୀମାରେଖା ମଧ୍ୟରେ ପ୍ରାକ୍ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତର ଏବଂ ଛ'ବର୍ଷରୁ ଏଗାରବର୍ଷ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବୟସ ମଧ୍ୟରେ ସ୍କୁଲଜୀବନର ଆଦ୍ୟଭାଗ । ଏ ଦୁଇଟି ସ୍ତରରେ ପିଲାଟିର ମାନସିକତା ଭିନ୍ନ ହୋଇଥିବାରୁ ଏ ଦୁଇଟି ସ୍ତର ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଆଲୋଚିତ ହେବା ପ୍ରୟୋଜନ ।

ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟ ସୋପାନରେ ପିଲାଟିର ଉଲ୍ଲେଖଯୋଗ୍ୟ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟିଥାଏ । ଇନ୍ଦ୍ରିୟ (Senses) ଏବଂ କାରକ (Motor) କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷମ ହୋଇସାରିଥିବାରୁ ପିଲାଟି ଏଗୁଡ଼ିକର ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରେ । ବାକ୍ ଯନ୍ତ୍ରର ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର ତାର ଭାଷାଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟ ବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ଏ ବୟସରେ ପିଲାଟି ଯେଉଁ ମୁଖ୍ୟ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହୁଏ, ତାହା ତାର ସ୍ୱାଧୀନତା ଓ ନିର୍ଭରଶୀଳତାକୁ କେନ୍ଦ୍ରକରି ବେଳେବେଳେ ଅତି ସହଜ କାମ ପାଇଁ ସେ ମା'ର ସାହାଯ୍ୟ ଲୋଡ଼େ । ଅଥଚ କଷ୍ଟକର କାମଟି ନିଜେ କରିବା ପାଇଁ ଆଗଭର ହୁଏ । ଜୋତା ପିନ୍ଧାଇଦେବା ପାଇଁ ମା'କୁ ଡାକେ । ଅଥଚ ଭାରୀ ସୁଟକେଶଟି ଗୋଟିଏ ଜାଗାରୁ ଅନ୍ୟ ଗୋଟିଏ ଜାଗାକୁ ନେବାକୁ ଚେଷ୍ଟାକରେ । ପିଲାଟି ନିଜେ କ'ଣ କରିପାରିବ ଏବଂ କେଉଁ ସବୁ କାମ ତାର ସାମର୍ଥ୍ୟରୁ ବାହାର, ଏପରି ଧାରଣା ପିଲାଟିର ନଥାଏ । ସୁତରାଂ ପିଲାଟିର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଏବଂ ପରିସୀମତ୍ୱ (Limitation) ବିଷୟରେ ଜନନୀ ପିଲାଟିକୁ ଶିକ୍ଷାଦେବା ଆବଶ୍ୟକ । ଅବଶ୍ୟ ଏହା ସହିତ ପରିବେଶର ବିଭିନ୍ନ ବସ୍ତୁ ସହିତ ପିଲାଟିର ପରିଚିତି ବୃଦ୍ଧି କରିବେ । ଏହି ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଖେଳନା, ବିଭିନ୍ନ ପ୍ରକାର ଖେଳ ଓ ସାଙ୍ଗ ସାଥୀର ପ୍ରୟୋଜନ ରହିଛି ।

ଶୈଶବର ଶେଷଭାଗରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ପ୍ରାକ୍ ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରରେ ଶିଶୁ ବହୁ ଭାବ ଓ ଆବେଗ ଶିକ୍ଷାକରେ । ଆନନ୍ଦ ଓ କୌତୂହଳ ପରି ଉପଯୋଗୀ ଆବେଗ ଶିକ୍ଷା କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଦୁଃଖ, ଭୟ, ରାଗ ଓ ହିଂସା ପରି ନକାରାତ୍ମକ ଆବେଗ ମଧ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କରେ । ଅନୁପଯୋଗୀ ଆବେଗ କିପରି ଗଠିତ ହୁଏ, ସେ ବିଷୟରେ ଧାରଣା ହେଲେ ତାହାର ବିଲୋପ କରଣ ସମ୍ଭବ ହେବ । ସାଧାରଣତଃ ବହୁତଗୁଡ଼ିଏ ଆବେଗର ଉନ୍ମେଷର ମାଧ୍ୟମ ହେଉଛି ଆକସ୍ମିକ ସଂଯୋଗ । ହଠାତ୍ ଖୁବ୍‌ଜୋର ଶବ୍ଦଟିଏ ହେଲେ ସମସ୍ତେ ଚମକି ଉଠନ୍ତି । ପିଲାଟିଏ ମଧ୍ୟ ଚମକି ଉଠେ । ଧରାଯାଉ ଏପରି ଏକ ଶବ୍ଦ ସମୟରେ କଳାବିରାଡ଼ିଟିଏ ପ୍ରବେଶ କରୁଛି । ଦେଖାଯିବ ଯେ ପିଲାଟି କଳାବିରାଡ଼ିକୁ ଭୟ କରୁଛି । କଳା ବିରାଡ଼ି ଭୟର କାରଣ ନହେଲେ ମଧ୍ୟ ଭୟପ୍ରଦ ଶବ୍ଦ ସହିତ ଏହାର ଆକସ୍ମିକ ସଂଯୋଗ ବିରାଡ଼ିଟିକୁ ଭୀତିପ୍ରଦ କରିଛି । କ୍ରମଶଃ ପିଲାଟି ହୁଏତ କଳା ଚାଦର, କଳାସାର୍ଟ ଏବଂ ସମସ୍ତ କଳାବସ୍ତୁକୁ ଭୟ କରିବ । ସେହିପରି ପିଲାଟି ଇଞ୍ଜେକ୍‌ସନ ନେବା ସମୟରେ ଛୁଞ୍ଚିର ଫୋଡ଼ା ତାକୁ କଷ୍ଟ ଦିଏ । ମାତ୍ର ପରେପରେ ଇଞ୍ଜେକ୍‌ସନ ଦେଉଥିବା ଡାକ୍ତର ଏବଂ ତାଙ୍କର ଧଳାପୋଷାକ ପିଲା ମନରେ ଭୟସଞ୍ଚାର କରେ । ଡାକ୍ତରଙ୍କୁ ଦେଖିବାମାତ୍ରେ ସେ ଦୌଡ଼ି ପଳାଇବାକୁ ଚେଷ୍ଟା କରେ ।

ସଂଯୋଗକୁ ଭିତ୍ତିକରି ପିଲାଟିର ଅନୁପଯୋଗୀ ଆବେଗ (ଯଥା : ଭୟ) ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଗଠିତ ହେଉଥିବା ଏହାର ବିପରୀତ ସଂଯୋଗର ସହାୟତାରେ ଭୟ ଦୂର କରାଯାଇପାରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

କଳା ବିରାଡ଼ି ଓ କଳା ଚାଦରକୁ ଭୟ କରୁଥିବା ପିଲାଟି ଆନନ୍ଦର ସହିତ ଖାଉଥିବା କିମ୍ବା ଖେଳୁଥିବା ସମୟରେ ଧୀରେ ଧୀରେ ତା'ପାଖକୁ କଳା ଚାଦରଟି ନିଆଯାଇପାରେ । ପିଲାଟି ଖାଇବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବାରୁ କୌଣସି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାଇବ ନାହିଁ । ଖାଇବା ଶେଷ ହେଲେ ହୁଏତ କିଛିଟା ଭୟ ଦର୍ଶାଇପାରେ । ପରେ ପୁଣିଥରେ ଏପରି କରାଯିବ । ଧୀରେ ଧୀରେ ପିଲାଟି ଅନୁଭବ କରିବ ଯେ ପ୍ରକୃତରେ କଳାବସ୍ତୁ ଭୟପ୍ରଦ ନୁହେଁ । ତା'ର ପୂର୍ବ ଭୟ କଟିଯିବ । ସୁତରାଂ ବିପରୀତ ଅନୁଭବର ସୁଯୋଗ ଦିଆଯାଇ ପୂର୍ବଭୀତି ବିଲୋପ କରାଯାଇପାରେ।

ପ୍ରାକ୍ ବିଦ୍ୟାଳୟର ସ୍ତର ପାର ହୋଇ ପିଲାଟି ସ୍କୁଲକୁ ଯିବା ଆରମ୍ଭ କରିବା ସମୟରେ ପିଲାମାନଙ୍କର ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶ ଆଉ ଗୋଟିଏ ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ଉନ୍ନୀତ ହୁଏ । ଜାଁ ପିଆଜେଙ୍କ ପ୍ରାକ୍-ସ୍କୁଲ ବୟସରେ (୨ବର୍ଷରୁ ୭ବର୍ଷ) ବୌଦ୍ଧିକ ସ୍ତରକୁ ପ୍ରାକ୍-କ୍ରିୟାତ୍ମକ (Preoperational) କହୁଥିବାବେଳେ ସାତବର୍ଷରୁ ଏଗାର ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ସଂଘଟିତ ହେଉଥିବା ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶକୁ କ୍ରିୟାତ୍ମକ (Concrete operational) ସୋପାନ କହିଛନ୍ତି । ଏହାର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ସାତବର୍ଷରୁ ଏଗାର ବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ପିଲାମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଦୃଶ୍ୟମାନ ଜଗତର ବସ୍ତୁସବୁକୁ ନେଇ ପରୀକ୍ଷାନିରୀକ୍ଷା କରନ୍ତି । ବିଭିନ୍ନ ଖେଳ ସାମଗ୍ରୀ ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ବସ୍ତୁକୁ କାରବାର କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ଅନେକ କଥା ଶିକ୍ଷାକରନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଜନନୀ ଶିଶୁକୁ ଯେତେ ବେଶି ବାହ୍ୟ ପରିବେଶ ସହିତ ପରିଚିତ କରାଇବେ ସେତେ ଭଲ । ଏହି ସମୟରେ ପିଲାର ସାନ-ବଡ଼, ଆକାର, ପରିମାଣ, ସଂଖ୍ୟା, ଦୈର୍ଘ୍ୟ ଓ ଆୟତନ ଇତ୍ୟାଦି ସମ୍ପର୍କରେ ଧାରଣା ଜନ୍ମେ । କିନ୍ତୁ ଏପରି ସବୁ ଧାରଣା ସୃଷ୍ଟି ହେବାର ଏକ ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ସୋପାନ ଥାଏ । ଏଠାରେ ଦୁଇଟି ଉଦାହରଣ ଦିଆଯାଇପାରେ । ସଂଖ୍ୟାର ଧାରଣା ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ପିଲାଟିର ଦୈର୍ଘ୍ୟ ବିଷୟରେ ଧାରଣା ଜନ୍ମିଥାଏ । ମନେକରାଯାଉ ଗୋଟିଏ ଧାଡ଼ିରେ କିଛି ସଂଖ୍ୟକ ଅଣ୍ଡା ରଖିଦିଆଗଲା । ପୁଣି ପିଲାଟିର ଆଖି ସାମନାରେ ପ୍ରଥମ ଅଣ୍ଡାଟିର ସାମନାରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡା, ଦ୍ୱିତୀୟ ଅଣ୍ଡାଟି ସାମନାରେ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଅଣ୍ଡା ଏବଂ ଏହିପରି ପୂର୍ବ ଧାଡ଼ିର ସମାନ ସଂଖ୍ୟକ ଅଣ୍ଡା ରଖାଗଲା । ଚାରିପାଞ୍ଚବର୍ଷର ପିଲାଟି ହୁଏତ କହିଦେବ ଯେ ଦୁଇଟିଯାକ ଧାଡ଼ିରେ ସମାନ ସଂଖ୍ୟକ ଅଣ୍ଡା ରହିଛି । ମାତ୍ର ବର୍ତ୍ତମାନ ଦ୍ୱିତୀୟ ଧାଡ଼ିରେ ଥିବା ଅଣ୍ଡାସବୁକୁ ପରସ୍ପରଠାରୁ ଦୂରେଇ ରଖିଦେଲେ ତାହା ଏକ ଲମ୍ବା ଧାଡ଼ି ତିଆରି କରିବ । ବର୍ତ୍ତମାନ ଧାଡ଼ି ଦୁଇଟିରେ ସମାନ ସଂଖ୍ୟକ ଅଥବା ବେଶି ଅଣ୍ଡା ରହିଛି, ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିଲେ ପିଲାଟି ଅଡୁଆରେ ପଡ଼ିବ । ସଂଖ୍ୟାଟି ଦୈର୍ଘ୍ୟ ଉପରେ ନିର୍ଭର କରେ ନାହିଁ, ଏପରି ଧାରଣା ପୂର୍ଣ୍ଣ ରୂପ ନେଇପାରି ନାହିଁ । ଅବଶ୍ୟ ସ୍କୁଲକୁ ଯିବା ଆରମ୍ଭ କରିଥିବା ପିଲାଟି ସହଜରେ ଏହା ସମାଧାନ କରିଦେବ ।

ସେହିପରି ଗୋଟିଏ ଚଟକା ପାତ୍ରରୁ ପାଣି ନେଇ ତାହାକୁ ଗୋଟିଏ ନଳର ଆକୃତି ଥିବା ପାତ୍ରଟିରେ ଢାଳି ଦିଆଯାଇପାରେ । ଚଟକା ପାତ୍ରର ପାଣି ଯେଉଁ ଉଚ୍ଚତାରେ ରହିଥିଲା ବର୍ତ୍ତମାନ ତାହାଠାରୁ ଯଥେଷ୍ଟ ବେଶୀ ଉଚ୍ଚତାରେ ରହିବ । ଛୋଟ ପିଲାର ଆଖି ଆଗରେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଏସବୁ କରାଯାଉଥିଲେ ମଧ୍ୟ ନଳ ଆକୃତିର ପାତ୍ରରେ ଅଧିକ ପାଣି ରହିଛି, ଏହା ସେ କହିବ । ଆୟତନ (Volume)ର ଧାରଣା ଆସିବା ପୂର୍ବରୁ ଦୀର୍ଘତାର ଧାରଣା ବିକଶିତ ହେଉଥିବାରୁ ଏପରି ଉତ୍ତର ମିଳିବ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ସ୍କୁଲ ବୟସର ପିଲାମାନେ ସହଜରେ କହିପାରିବେ ଯେ ଦୁଇଟି ପାତ୍ରରେ ପାଣିର ପରିମାଣ ସମାନ । ମୋଟ ଉପରେ ଜନନୀ ଶିଶୁକୁ ଶିକ୍ଷା ଦେବା ସମୟରେ ପ୍ରଥମେ ପ୍ରଥମେ ସରଳ ଧାରଣା ଦେଇ ପରେ ଜଟିଳ ଧାରଣା ଜନ୍ମାଇବାର ପ୍ରଚେଷ୍ଟା କରିବେ ।

କୈଶୋର ସମୟର ପରିଚାଳନା :

ପିଲାର ଏଗାର ବାରବର୍ଷ ବେଳକୁ ସେମାନେ କୈଶୋର ସୋପାନରେ ପଦାର୍ପଣ କରନ୍ତି । ଏହି ସମୟର ଦୁଇଟି ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବେଶ୍ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । ଏହା ବୌଦ୍ଧିକ ଏବଂ ସାମାଜିକ-ଆବେଗିକ ବିକାଶକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଏହି ସମୟରେ ମସ୍ତିଷ୍କରୁ ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଭାଗରେ (Prefrontal lobe) ଅଧିକ ସ୍ନାୟୁ ଗଠିତ ହୁଏ । ଏହାର ଫଳସ୍ୱରୂପ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ଅମୂର୍ତ୍ତ ଭାବନାର (Abstract Ideas) ଉଚ୍ଚତର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଲାଭ କରନ୍ତି । ଏଗାର ବାରବର୍ଷ ବୟସ ବେଳକୁ କିଶୋରକିଶୋରୀମାନେ ଯେଉଁ ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତାର ପରିଚୟ ଦିଅନ୍ତି, ଜାଁ ପିଆଜେ ତାହାକୁ ଔପଚାରିକ କ୍ରିୟା (Formal Operation) ବୋଲି କହିଛନ୍ତି । ଏଗାର-ବାରବର୍ଷ ପୂର୍ବରୁ ପିଲାମାନେ ମୁଖ୍ୟତଃ ଦୃଶ୍ୟମାନ ବସ୍ତୁ ଜଗତରେ ସେମାନଙ୍କର ପରୀକ୍ଷାନିରୀକ୍ଷା କରୁଥିଲେ, ବର୍ତ୍ତମାନ ସେମାନେ ଭାବନା ଜଗତରେ ପରୀକ୍ଷାନିରୀକ୍ଷା କରିପାରନ୍ତି ।

ଗୋଟିଏ ଉଦାହରଣ ଦ୍ୱାରା ଏହାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରେ । ଧରାଯାଉ ଅତିଥିମାନଙ୍କ ପାଇଁ ବୈଠକ ଗୃହର ଚେୟାର ଇତ୍ୟାଦି ଓ ଆସବାବପତ୍ର ଦର୍ଶନୀୟ ଭାବରେ ସଜାଇ ରଖିବା ପାଇଁ ପିଲାଟିକୁ କୁହାଗଲା । ଅଳ୍ପ ବୟସର ପିଲାଟି ପ୍ରଥମେ ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାରରେ ଚେୟାର ଇତ୍ୟାଦି ରଖିସାରି ନିଜେ ଦୃଶ୍ୟସଜ୍ଜାକୁ ଦେଖିବ । ମନକୁ ନ ପାଇଲେ ସେ ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକାର ଆୟୋଜନ କରିବ । ଏହିପରି କେତେଥର ଆୟୋଜନ କରିବା ପରେ ମନୋନୀତ ଭଙ୍ଗୀଟି ଅନୁସାରେ ସଜାଇ ରଖିବ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, କିଶୋର କିଂଶୋରୀମାନେ ବାସ୍ତବରେ ଏପରି ନସଜାଇ ମନଶ୍ଚକ୍ଷୁରେ ଏପରି କଳ୍ପନା କରିବେ । ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାରର ସାଜସଜ୍ଜା କିପରି ଦିଶିବ, ତାହା ମନେମନେ ଭାବିବେ । ଏହିପରି ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଏକାଧିକ ଆୟୋଜନର କଳ୍ପନା କଲାପରେ ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ଆୟୋଜନଟି ବାଛିନେବେ । ମୋଟ ଉପରେ ବୈଜ୍ଞାନିକ ଗବେଷଣାଗାରରେ ଏକାଧିକବାର ପରୀକ୍ଷାନିରୀକ୍ଷା କରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଗ୍ରହଣ କଲାପରି ଏ ବୟସର କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ପରୀକ୍ଷାନିରୀକ୍ଷା କରନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ନୂଆ ନୂଆ ଧାରଣା, ଜ୍ଞାନକୌଶଳ ଏବଂ ଉନ୍ନତ ଚିନ୍ତାଧାରା ସହିତ ପରିଚିତ କରାଇବାର ଉଦ୍ୟମ ସଫଳ ରୂପ ନିଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

କୈଶୋର ସମୟରେ ସଂଘଟିତ ହେଉଥିବା ଅନ୍ୟ ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନଟି ମଧ୍ୟ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ । କେତେକ ହରମୋନ୍‌ର କ୍ଷରଣ ବିଶେଷତଃ ବାଳକ ବାଳିକା ଭେଦରେ ଆଣ୍ଡ୍ରୋଜେନ ଓ ଏଷ୍ଟ୍ରୋଜେନ୍‌ର କ୍ଷରଣ ବ୍ୟବହାରକୁ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଶାରୀରିକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବ୍ୟତୀତ ଭାବଗତ ପରିବର୍ତ୍ତନ ସୁସ୍ପଷ୍ଟ ହୁଏ । ଯୌନ ଚେତନା ସକ୍ରିୟ ହୁଏ । ବାଳକ ବାଳିକାମାନଙ୍କର ଆଗ୍ରହ, ଅଭିଳାଷ ଓ ଆବେଗସବୁର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିତାମାତାଙ୍କୁ ସତର୍କତା ଅବଲମ୍ବନ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପରିବାରରେ ଜନନୀ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାର ନିକଟତମ ଯତ୍ନକାରୀ ହୋଇଥିବାରୁ ତାଙ୍କର ଦାୟିତ୍ୱ ସବୁଠାରୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ।

କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କର ମୁଖ୍ୟ ଆବେଗିକ ସମସ୍ୟା ହେଉଛି ଭୂମିକାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ । ଜୀବନରେ ସେମାନେ କ'ଣ ହେବାକୁ ଚାହୁଁଛନ୍ତି ତାହା ସ୍ପଷ୍ଟ ଭାବେ ସ୍ଥିର କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ବାପାଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ କରିବେ କି ମା'ଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ କରିବେ, ତାହା ଠିକ୍ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ କଳାକାର ହେବେ କି ଇଞ୍ଜିନିୟର ହେବେ, ସେ ବିଷୟରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଥାଏ ।

ଏକ ଅନିଶ୍ଚିତ ବାତାବରଣ ମଧ୍ୟରେ ସେମାନେ ସଂଶୟଯୁକ୍ତ ଚିତ୍ତରେ ଅନ୍ୱେଷଣ କରନ୍ତି । କେଉଁ ଭୂମିକାଟି ତାଙ୍କ ପକ୍ଷେ ଉପଯୋଗୀ, ଏହାର ସମାଧାନ ନ ଥାଏ ।

କିଶୋର ବୟସର ଏହି ମୁଖ୍ୟ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ପିତାମାତା ବିଶେଷତଃ ଜନନୀ ଦୁଇଟି ପନ୍ଥା ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ଅବଲମ୍ବନ କରିବା ଉଚିତ ହେବ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ଅନୁକରଣୀୟ ନମୁନା (Role model) ପ୍ରତି ପୁତ୍ରକନ୍ୟାର ଦୃଷ୍ଟିଆକର୍ଷଣ । ପୁତ୍ରକନ୍ୟା ନିଜ ଉଦ୍ୟମରେ ନମୁନାସବୁର ଅନ୍ୱେଷଣ କରନ୍ତି । ସମୟ ସମୟରେ ସେମାନେ ଅନୁପଯୋଗୀ ନମୁନା କବଳରେ ପଡ଼ିଯିବାର ଆଶଙ୍କା ମଧ୍ୟ ଥାଏ । ଦୂରଦର୍ଶନର ଖଳନାୟକ ମଧ୍ୟ ଏମାନଙ୍କର ନମୁନା ହୋଇପାରେ । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ଜନନୀର ଉଦ୍ୟମ ରହିବ ଯେ ସେ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ନଜରକୁ ଅନୁକରଣୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ପରିଚୟ ଆଣିପାରୁଛନ୍ତି ।

ଅନେକ ସମୟରେ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ଜଣେ ଅନୁକରଣୀୟ ଆଦର୍ଶ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ ସଂସର୍ଗରେ ଆସିଲା ପରେ ତାଙ୍କ ପ୍ରତି ଅନୁରକ୍ତି ପ୍ରକାଶ କଲେ ମଧ୍ୟ ଅନୁକରଣ କରି ନଥାନ୍ତି । ଏହାର କାରଣ ହେଉଛି ଯେ ସେମାନେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଅପେକ୍ଷା ଅସାମଞ୍ଜସ୍ୟକୁ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମନରେ ଏହିପରି ସବୁ ଭାବନା ଆସେ । "ତାଙ୍କର ପରିବାର ଚିନ୍ତା ନଥିବାରୁ ସେ ଏପରି ମହତ୍ କାମ କରିପାରିଛନ୍ତି । ତାଙ୍କର ବନ୍ଧୁମାନେ ଧନୀ ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ସାହାଯ୍ୟ ପାଇଁ ଏପରି କରିପାରୁଛନ୍ତି ଇତ୍ୟାଦି ଇତ୍ୟାଦି" । ଏପରି ଭାବନା ଫଳରେ ସେମାନେ ଆଦର୍ଶ ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଶ୍ରଦ୍ଧା କଲେ ମଧ୍ୟ ଅନୁକରଣରେ ପ୍ରବୃତ୍ତ ହୁଅନ୍ତି ନାହିଁ ।

ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପିତାମାତା ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଦର୍ଶାଇବାର ଉଦ୍ୟମ କରିପାରନ୍ତି । କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ପ୍ରବର୍ତ୍ତାଇବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଏପରି ଯୁକ୍ତିର ଆଶ୍ରୟ ନେଇପାରନ୍ତି "ତାଙ୍କର

Digitized by srujanika@gmail.com

ଗୋଟିଏ ପ୍ରକାର ସୁଯୋଗ ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅନ୍ୟ ପ୍ରକାରର ସମସ୍ୟା ଥାଇପାରେ; ସେ ଆମ ପରି ଜଣେ ମଣିଷ, ଆମର ଅସୁବିଧା ସବୁ ଅନ୍ୟ ଆଖିରେ ଲୁକ୍କାୟିତ ଥିଲାପରି ତାଙ୍କର ଅସୁବିଧାସବୁ ଆମେ ଦେଖିପାରିବା ନାହିଁ ।'' କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ ସାମଞ୍ଜସ୍ୟ ଉପରେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦେଲେ ଆଦର୍ଶ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କୁ (Role model) ଅନୁକରଣ କରିବେ । ଏପରି ଅନୁକରଣୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ କେବଳ ଅଭିପ୍ରେରଣା (Motivation) ସୃଷ୍ଟି କରନ୍ତି ନାହିଁ । କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କୁ ବହୁ ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ସୂଚନା, କାର୍ଯ୍ୟକୌଶଳ ଓ ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷାଦେଇ ଅନେକ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରନ୍ତି । ପୁତ୍ରକନ୍ୟାର ସୁନ୍ଦର ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଗଠନ ପାଇଁ ଆଦର୍ଶ ନମୁନା (Role model) ଏକ ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକତା ।

ଜନନୀ ପକ୍ଷରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପଯୋଗୀ ପ୍ରସ୍ତାବ ହେଉଛି ଅନୁମୋଦନର ମାର୍ଗ । ଅନେକ ପିତାମାତା ସେମାନଙ୍କର ପୁତ୍ରକନ୍ୟାର ସାମାନ୍ୟତମ କୃତିତ୍ୱକୁ ସ୍ୱୀକୃତି ଦେଇ ନଥାନ୍ତି । ପୁଅଟି ଶ୍ରେଣୀରେ ଦ୍ୱିତୀୟ ସ୍ଥାନ ଅଧିକାର କରି ନିଜର ପିତାମାତାଙ୍କୁ ଜଣାଇବା ସମୟରେ ହୁଏତ ମା କୁହନ୍ତି – ''ତୋର ସାଙ୍ଗ ତ ୯୦ ପ୍ରତିଶତ ମାର୍କ ରଖି ପ୍ରଥମସ୍ଥାନ ପାଇଛି । ତୋର ଆଉ ଅଧିକ କୃତିତ୍ୱ କ'ଣ ?'' ଏପରି ବକ୍ତବ୍ୟ ଓ ମନୋବୃତ୍ତି କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଅବହେଳାର ସୂଚନା ଦିଏ । ସେମାନେ ନିଜ ପାଖରେ ନିଜକୁ ଗ୍ରହଣ କରିପାରନ୍ତି ନାହିଁ । କିଶୋର ବୟସରେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ଏହା ବଡ଼ଧରଣର ଜଟିଳତା ଓ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଉଚ୍ଚତର ବିକାଶର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ରଖିଲେ ମଧ୍ୟ ସ୍ଥିତାବସ୍ଥାକୁ ଚାହିଁ କିଶୋର କିଶୋରୀମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଏକ ଗ୍ରହଣୀୟ ମନୋଭାବ ପୋଷଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଧରଣର ମାନସିକତା ।

ପୂର୍ବେ କୈଶୋର ଜୀବନ ପରେ ପରେ ବିବାହ, ଚାକିରୀ ଓ ପେସାଗତ ଜୀବନର ଆରମ୍ଭ ଯୌବନର ସୋପାନକୁ ସ୍ୱାଗତ ଜଣାଉଥିଲା । ବର୍ତ୍ତମାନ ଅଠରରୁ ପଚିଶ ବର୍ଷ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଏକ ପ୍ରକାରର କୈଶୋରୋତ୍ତର ବା ତାରୁଣ୍ୟ ଆଉ ଏକ ମଧ୍ୟବର୍ତ୍ତୀ ସୋପାନର କାର୍ଯ୍ୟକରୁଛି । ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ଶେଷକରି ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଚାକିରୀ ଅନ୍ୱେଷଣରେ ଘୂରିବୁଲୁଛି । ଏହି ସମୟରେ ତରୁଣ ତରୁଣୀ ମନରେ ଏକ ବିଦ୍ରୋହାତ୍ମକ ମନୋଭାବ ପ୍ରକାଶ ପାଉଛି । ଯେଉଁସବୁ ସାମାଜୀକରଣ ପଦ୍ଧତିରେ ସେ ସମାଜର ସଭ୍ୟ ହୋଇଥିଲା, ସେ ସବୁ ପଦ୍ଧତି ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଶ୍ନଉଠୁଛି, ସଂଶୟ ଆସୁଛି । ଏପରି ଘଡ଼ିସନ୍ଧି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ତରୁଣ ତରୁଣୀ ପିତାମାତାଙ୍କ ପ୍ରତି କିଛିଟା ବିଦ୍ରୋହ ସୂଚାଇବା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ତଥାପି ଜଣେ ଅଭିଜ୍ଞ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ନାରୀ ଜନନୀର ଗୁରୁ ଦାୟିତ୍ୱକୁ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝି ଏକ ସହନଶୀଳ ମନୋଭାବ ଦର୍ଶାଇବେ ଏବଂ ଉଚିତ ମାର୍ଗଦର୍ଶକ ହେବେ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ପରିବାରର ଜୀବନ-ଚକ୍ର

ମନୁଷ୍ୟର ଜୀବନ ପ୍ରଭାବରେ ଶୈଶବ, ବାଲ୍ୟ, କୈଶୋର, ଯୌବନ ଓ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର ସ୍ତରସବୁ ଗୋଟିଏ ପରେ ଗୋଟିଏ ଗତି କଲାପରି ପରିବାର ମଧ୍ୟ କ୍ରମିକ ସୋପାନ ଦେଇ ଗତି କରିଥାଏ । ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନରେ ଶୈଶବକାଳୀନ ସମସ୍ୟା କିଶୋର ସମୟର ସମସ୍ୟାଠାରୁ ଭିନ୍ନ ହେଲାପରି ପରିବାରର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନରେ ସମସ୍ୟାର ରୂପରେଖ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ହୋଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ସୋପାନରେ ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ସମାଧାନ ପ୍ରଣାଳୀ ଉପଯୋଗୀ ତାହା ଅନ୍ୟ ସୋପାନରେ ଉପଯୋଗୀ ନ ହୋଇପାରେ ।

ପାରିବାରିକ ଜୀବନର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ମଧ୍ୟରେ ଜୀବନଯାପନ କଲାବେଳେ ନାରୀକୁ କେତୋଟି ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗ ପ୍ରତି ସଚେତନ ରହିବାକୁ ହେବ । ଅବଶ୍ୟ ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ ସୁଖମୟ କରିବା ପାଇଁ ପତିପତ୍ନୀ (ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀ) ମଧ୍ୟରେ ସହଯୋଗ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ । ତଥାପି ନାରୀର ଭୂମିକା ଆଲୋଚନା କରିବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ମଧ୍ୟରେ କେତୋଟି ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଦିଗର ଆଲୋଚନା ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ ।

ପରିବାର ଜୀବନଚକ୍ରର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ ନବବିବାହିତ ଅବସ୍ଥା । ବିବାହପ୍ରତି ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା ଏହାର ମୂଳ ଉପାଦାନ । ଏପରି ସୋପାନର ଯଥାଯଥ ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ବିବାହ ଅନୁଷ୍ଠାନକୁ ମାନସିକ ସ୍ତରର ସ୍ୱୀକୃତି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପ୍ରତି ପରିବାର ଓ ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ସମୟ ବାଣ୍ଟିକରି ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ନାରୀଜଣକ ଚାକିରୀ କରୁଥିଲେ ପୂର୍ବତୁଳନାରେ ଜୀବନ ଧାରାରେ କିଛିଟା ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ନାରୀ ମାତୃତ୍ୱ ଲାଭ କରି ନବଜନ୍ମିତ ସନ୍ତାନର ଜନନୀ ହେଲେ ପରିବାରର ଜୀବନ ଚକ୍ର ଦ୍ୱିତୀୟ ସୋପାନରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ବହୁନିର୍ଭରଶୀଳ ଗୋଟିଏ ଅସହାୟ ଶିଶୁକୁ ପରିବାରର ସଦସ୍ୟ ହିସାବରେ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ମାନସିକତା ଏହାର ମୂଳ ପିଣ୍ଡ । ଏପରି ସମୟରେ ସନ୍ତାନକୁ ଆଖିରେ ରଖି ନିଜର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ କେତେକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବାକୁ ହୁଏ । ଦାୟିତ୍ୱଶୀଳ ଓ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ମନୋବୃତ୍ତି ନେଇ ଜନନୀ ଓ ଶିଶୁପାଳନର ଭୂମିକା ପରିଚାଳନା କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏକାନ୍ନବର୍ତ୍ତୀ ପରିବାର ହୋଇଥିଲେ ବିଚକ୍ଷଣତାର ସହିତ ସମୟକୁ ଠିକ୍‌ରୂପେ ବାଣ୍ଟିକରି ବିନିଯୋଗ କରିବାକୁ ହୋଇଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶିଶୁଟି ନର୍ସରୀ ଏବଂ ପ୍ରାକ୍‌ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତରରେ (ଛ' ବର୍ଷରୁ କମ୍) ଥିବା ସମୟକୁ ପରିବାରର ତୃତୀୟ ସୋପାନ କୁହାଯାଇପାରେ । ଶିଶୁର ଚାହିଦାସବୁ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବା ଏ ପର୍ଯ୍ୟାୟର ମୂଳକଥା । ଶିଶୁର ଚାହିଦାସବୁ ପ୍ରତି ସଚେତନ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ମଧ ସମୟ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ବିଶେଷତଃ ଶିଶୁପାଳନରେ ମାତ୍ରାଧିକ ବ୍ୟସ୍ତରହି ସ୍ୱାମୀଙ୍କୁ ସମୟ ନ ଦେଲେ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିହୋଇପାରେ । ଶିଶୁର କେତେକ ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ମିଳିତ ଭାବରେ କରାଯିବାର ବ୍ୟବସ୍ଥା ହେଲେ ଶିଶୁର ଯତ୍ନ ସହିତ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ସଂଯୋଗ ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ଆଲୋଚନା ସମ୍ଭବ ହେବ ।

ସନ୍ତାନସନ୍ତତିମାନଙ୍କର ସ୍କୁଲ-ବୟସ ସମୟରେ ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ଚତୁର୍ଥ ସୋପାନରେ ପ୍ରବେଶ କରେ । ପରିବାର ବାହାରେ ପିଲାମାନଙ୍କର ସାଙ୍ଗସାଥୀ ଗ୍ରହଣ ଏ ସୋପାନର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ । ପରିବାର ବାହାରେ ଓ ସମାଜରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ସୁସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷାକରିବା ଏ ସମୟରେ ବିଶେଷ ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ । ଅଧିକ ବିଜ୍ଞତାର ସହିତ ସମୟର ପରିଚାଳନା କରିବାର ଆବଶ୍ୟକତା ସୃଷ୍ଟିହୁଏ ।

ପିଲାମାନେ କୈଶୋର ଅବସ୍ଥାରେ ପାଦଦେବା ସମୟରେ ପରିବାରର ଜୀବନଚକ୍ର ପଞ୍ଚମ ସୋପାନରେ ପହଞ୍ଚେ । ବୁଝାମଣାର ମନୋଭାବ ଏ ପର୍ଯ୍ୟାୟର ଦରକାରୀ ଉପାଦାନ । ପ୍ରାକ୍‌ଯୌବନରେ ପଦାର୍ପଣ କରିଥିବା ପୁତ୍ରକନ୍ୟାମାନଙ୍କ ସହିତ ଭାବଗତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାକରିବାକୁ ହେବ । ଏହା ସହିତ ଏ ସମୟରେ ପରିବାରରେ ନିଜର ପିତାମାତା ମଧ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥାରେ ପହଞ୍ଚନ୍ତି । ସୁତରାଂ ସେମାନଙ୍କର ଯତ୍ନ ନେବାକୁ ପଡ଼େ । ଏହା ସହିତ ନିଜର ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନରେ ମଧ କିଛିଟା ଶିଥିଳତା ଆସିଥାଏ । ଏପରି ମଧ-ଜୀବନ ସଙ୍କଟ (Middle life crisis) ସହିତ ମଧ ମୁକାବିଲା କରିବାକୁ ପଡ଼େ ।

ପରିବାର ଜୀବନଚକ୍ରର ଷଷ୍ଠ ସୋପାନରେ ନିଜର ପୁତ୍ର କିମ୍ବା କନ୍ୟା ବିବାହ କରନ୍ତି । ପରିବାର ମଧକୁ ହୁଏତ ଜଣେ ଆଗନ୍ତୁକ ପ୍ରବେଶ କରେ କିମ୍ବା ପରିବାରର ଜଣେ ସଦସ୍ୟା (କନ୍ୟା) ପ୍ରସ୍ଥାନ କରେ । ଏପରି ନୂତନ ଅବସ୍ଥା ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାକରିବାକୁ ହୁଏ । ଗଢ଼ିଉଠିଥିବା ନୂତନ ସମ୍ପର୍କଟିକୁ ଯଥାଯଥ ପରିଚାଳନା କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏ ସମୟରେ ଆର୍ଥିକ ଅବସ୍ଥାର ପରିବର୍ତ୍ତନର ସମ୍ଭାବନା ରହିଛି । ପୁତ୍ରବଧୂ କିମ୍ବା ଜାମାତା ସହିତ ସୁସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରିବାର ଆହ୍ୱାନକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହୁଏ ।

ମଧବୟସର ଜୀବନ ହେଉଛି ପରିବାରର ସପ୍ତମ ସୋପାନ । ଏ ସମୟରେ ହୁଏତ ବିବାହିତ ପୁତ୍ରକନ୍ୟା ଅନ୍ୟତ୍ର ବସବାସ କରନ୍ତି । ଏପରି ପ୍ରସ୍ତାବକୁ ସ୍ୱୀକୃତି ଦେବାକୁ ହୁଏ । ଏ ସମୟରେ ବିବାହିତ ଜୀବନର ପୁନର୍ବିନ୍ୟାସ ଆବଶ୍ୟକ । ଅତୀତର ସୁଖଦ ସ୍ମୃତିକୁ ପାଥେୟ କରି ପତିପତ୍ନୀ ପରସ୍ପର ମଧରେ ଭାବର ସେତୁକୁ ସୁଦୃଢ଼ କରିପାରନ୍ତି । ପୁତ୍ରକନ୍ୟାମାନଙ୍କର ସନ୍ତାନସନ୍ତତି (ନିଜର ନାତିନାତୁଣୀ) ଜନ୍ମ ହେବାପରେ ଯଥାସମ୍ଭବ

Digitized by srujanika@gmail.com

ସେମାନଙ୍କ ସହ ସମୟ କାଟି ନିଃସଙ୍ଗତା ଦୂର କରିବା ବୁଦ୍ଧିମାନର କାର୍ଯ୍ୟ । ଘରେ ନିଜର ବୃଦ୍ଧପିତାମାତା ରହୁଥିଲେ ସେମାନଙ୍କ ସମସ୍ୟାପ୍ରତି ସଚେତନ ହେବାକୁ ପଡ଼େ ।

ପରିବାରର ଅଷ୍ଟମ ଓ ଶେଷ ସୋପାନ ଅବସରକାଳୀନ (Retirement) ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ଅବସ୍ଥା । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟଜନିତ ଅସୁବିଧା ଓ ସମସ୍ୟାଗୁଡ଼ିକର ସମାଧାନ ଦିଗରେ ତତ୍ପରତା ରହିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ପରିବର୍ତ୍ତନକୁ ସ୍ୱୀକାର କରିନେବାକୁ ହୁଏ । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଜୀବନ ଓ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନକୁ ଶାନ୍ତିମୟ କରିବାର ଅଭୀପ୍‌ସା ଜନ୍ମେ । ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟକାଳୀନ ଅବସ୍ଥାକୁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଗ୍ରହଣ କରି ନ ପାରିଲେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ମାନସିକ ବେଦନା ସୃଷ୍ଟିହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ । ସୁତରାଂ ଏପରି ଅବସ୍ଥାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନେବାକୁ ହେବ ଏବଂ ସ୍ଥଳ ବିଶେଷରେ ନିଜର ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନ ତଥା ସାଙ୍ଗସାଥୀମାନଙ୍କର ମୃତ୍ୟୁ ସମ୍ବାଦ ମଧ୍ୟ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଏ ସମୟରେ ନାରୀମାନେ ପୂଜାଉପଚାର ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ଧାର୍ମିକ ଓ ସାମାଜିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ନିଜକୁ ଲିପ୍ତ ରଖି ପରିସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା କରନ୍ତି । ଅତୀତର ସୁକାର୍ଯ୍ୟସବୁ ସ୍ମରଣ କରିବାର ମାନସିକତା ମଧ୍ୟ ଭଲ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ସ୍ଥୂଳତଃ ଜୀବନ ବିକାଶର ବିଭିନ୍ନ ପର୍ଯ୍ୟାୟର ସମସ୍ୟା ଓ ସମାଧାନ ଶୈଳୀ ଭିନ୍ନ ହେଲା ପରି ପରିବାରର ଜୀବନ ଚକ୍ର ମଧ୍ୟ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ପରିସ୍ଥିତି ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ପ୍ରତିଟି ସୋପାନରେ ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳର ଢାଞ୍ଚା ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ହୁଏ ।

ପରିବାରଟିକୁ ସର୍ବତୋଭାବେ ଶୃଙ୍ଖଳିତ ଓ ସୁଖମୟ କରିବାର ଉଦ୍ୟମ ସତ୍ତ୍ୱେ ମଝିରେ ମଝିରେ ତ୍ରୁଟିବିଚ୍ୟୁତି ଏବଂ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିବା ଅସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ସାମୟିକ ଭାବରେ ଏସବୁ ଉପୁଜିଲେ ଏହାକୁ ସମାଧାନ କରିବା କଷ୍ଟକର ନୁହେଁ, ମାତ୍ର କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ କ୍ରମାଗତ ଅଶାନ୍ତି ଲାଗିରହେ । ଆର୍ଥିକ ଅନଟନ ପରି କେତେକ ବାହ୍ୟିକ କାରଣ ଅଶାନ୍ତ ଓ ଅସ୍ୱାଭାବୀ ବ୍ୟବହାରର କାରଣ ହେଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ମାନସିକ କାରଣ ବିପଦ ସୃଷ୍ଟି କରିପାରେ । ଏସବୁ କାରଣର ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ସୂଚନା ଦିଆଯାଇପାରେ ।

ପ୍ରଥମତଃ ଆମ ଦେଶର ପରିବାରମାନଙ୍କରେ ପୁରୁଷର ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ରହୁଥିବାରୁ ଅନେକ ସମୟରେ ନାରୀକୁ ପୁରୁଷର ମନ ନେଇ ଚଳିବାକୁ ହୁଏ । ଦୁର୍ଭାଗ୍ୟର କଥା ଯେ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ ଦୁଇଟି ପରସ୍ପରବିରୋଧୀ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ମଧ୍ୟରେ କବଳିତ ହୋଇପଡ଼େ । ଧରାଯାଉ ପତି ଇଚ୍ଛା କରନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କର ପତ୍ନୀ ଉଦାର ମନୋବୃତ୍ତି ପୋଷଣ କରନ୍ତୁ । ପୁଣି ସେ ଚାହାନ୍ତି ଯେ ତାଙ୍କର ପତ୍ନୀ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ସଦାସର୍ବଦା ଶୃଙ୍ଖଳା ବିଶେଷ କରି ପିଲାମାନଙ୍କୁ ପୂର୍ଣ୍ଣଶୃଙ୍ଖଳାରେ ରଖନ୍ତୁ । ଅନେକ ସମୟରେ ଉଦାରତା ପୋଷଣ କଲେ କିଛିଟା ବ୍ୟତିକ୍ରମ ମଧ୍ୟ ସହ୍ୟ କରିବାକୁ ହୁଏ । ମାତ୍ର ବ୍ୟତିକ୍ରମ ସହ୍ୟ ନ କରିବା ଏବଂ ଉଦାର ହେବାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଫଳରେ ପତ୍ନୀ କ'ଣ କରିବେ ଏବଂ କ'ଣ ନ କରିବେ, ତାହାର ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ଏହା ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦ୍ୱିତୀୟରେ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ସ୍ୱାମୀ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ପାରସ୍ପରିକତା, ଛଳନାହୀନ ଓ ଅକୃତ୍ରିମ ହେବା ଉଚିତ । ତାହା ନ ହୋଇ ପରସ୍ପରକୁ ସାହାଯ୍ୟ କରିବା ଏବଂ ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଆନୁଗତ୍ୟ ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବା ଛଳନାପୂର୍ଣ୍ଣ ହେଲେ ବହୁଧରଣର ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ ।

ତୃତୀୟତଃ ସୁପରିଚାଳିତ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ କ୍ଷମତାର ଭାରସାମ୍ୟ ରହିଥାଏ । ଏହାର ଅର୍ଥ ନୁହେଁ ପ୍ରତିଟି ବିଷୟରେ ସ୍ୱାମୀ ଓ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କର ମତାମତରେ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ସମାନ ରହିବ । ଏହା ପ୍ରାୟ ସମ୍ଭବ ନୁହେଁ । ତେବେ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷର ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ସ୍ତ୍ରୀ ସମ୍ମାନ ଦେଉଥିଲେ ଅନ୍ୟ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ମତାମତକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇପାରନ୍ତି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ପୁରୁଷର ଆର୍ଥିକ ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ସ୍ତ୍ରୀ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବାସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷ ସ୍ତ୍ରୀଙ୍କ ସାମାଜିକ ନିଷ୍ପତ୍ତିକୁ ସମ୍ମାନ ଦେଇପାରନ୍ତି । କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷର ଅଧିକ ସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଛି, ଏହାକୁ ନାରୀ ଗ୍ରହଣ କରିନେଇପାରେ । ସେହିପରି ଅନ୍ୟ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀର ଦକ୍ଷତା ଅଧିକ, ଏହା ପୁରୁଷ ସ୍ୱୀକାର କରିବା ଉଚିତ ହେବ । ମୋଟ ଉପରେ ପାରିବାରିକ ଜୀବନର ସୁଖସମୃଦ୍ଧି ପାଇଁ ପରିବାରଚକ୍ରର ବିଭିନ୍ନ ସୋପାନରେ ଉପଯୋଗୀ ସମସ୍ୟା-ସମାଧାନ କୌଶଳ ଯେପରି ଆବଶ୍ୟକ ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ବୁଝାମଣା ମାଧ୍ୟମରେ ତୁଳନାହୀନ ପାରମ୍ପରିକତା ଏବଂ ସମତ୍ୱବୋଧ ମଧ୍ୟ ସେପରି ଆବଶ୍ୟକ ।

ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ସୋପାନ

ସୋପାନ	ସମ୍ପୃକ୍ତ ଭାବ ଓ ଆବେଗ	ଅନୁକରଣୀୟ ମାର୍ଗ
୧. ନବବିବାହିତ	ବିବାହପ୍ରତି ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା	୧. ବିବାହିତ ଅବସ୍ଥାକୁ ମାନସିକ ସ୍ୱୀକୃତି । ୨. ପତି, ପରିବାର ଓ ବନ୍ଧୁବର୍ଗଙ୍କୁ ସମୟ ଦେବେ । ୩. ଚାକିରୀ କରୁଥିଲେ ପୂର୍ବ ଅଭ୍ୟାସର ଆବଶ୍ୟକ ପରିବର୍ତ୍ତନ ।
୨. ମାତୃତ୍ୱ ଓ ଶିଶୁଜନ୍ମ	ନବଜନ୍ମିତ ସନ୍ତାନକୁ ନିଜ ପରିବାର ମଧ୍ୟରେ ଗ୍ରହଣ କରିବା ।	୧. ସନ୍ତାନକୁ ଆଖିରେ ରଖି ବିବାହିତ ଜୀବନରେ କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା । ୨. ଜନନୀର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ । ୩. ବଡ଼ ଓ ଏକାନ୍ନବର୍ତ୍ତୀ ପରିବାର ହୋଇଥିଲେ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୋପାନ	ସମ୍ପୃକ୍ତ ଭାବ ଓ ଆବେଗ	ଅନୁକରଣୀୟ ମାର୍ଗ
୩. ଶିଶୁର ପ୍ରାକ୍–ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତର	ଶିଶୁର ଅଭିଭାବକତ୍ୱ ପ୍ରତି ଅଧିକ ସଚେତନ ହେବା ।	୧. ଶିଶୁର ଚାହିଦାସବୁକୁ ଚାହିଁ ପରିବାରର କିଛି ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆଣିବା । ୨. ଅଧିକ ପରିଶ୍ରମଶୀଳତାକୁ ଗ୍ରହଣ କରିବା ଏବଂ ପୂର୍ବର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ (ଘରୋଇ) ମୁହୂର୍ତ୍ତ ସବୁ ହ୍ରାସ ପାଇବାଭଳି ଘଟଣାସବୁ ଖାପଖୁଆଇବା । ୩. ସ୍ୱାମୀଙ୍କ ସହିତ ସମୟଦେବା ।
୪. ସନ୍ତାନର ସ୍କୁଲ ଯିବା ବୟସର	ପରିବାର ବାହାରେ ବନ୍ଧୁତ୍ୱ ଗଠନରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ସମୟ ।	୧. ପରିବାର ଓ ସମାଜରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ କ୍ରିୟା–ଅନୁକ୍ରିୟା ପରିସର ବୃଦ୍ଧି କରିବା । ୨. ସନ୍ତାନସନ୍ତତିମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଗତ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବା । ୩. ଅଧିକ କାମସବୁର ପରିଚାଳନା ଓ ସମୟର ସଦୁପଯୋଗ ।
୫. ପିଲାର କୈଶୋର ସମୟରେ ନାରୀର ଜୀବନ ସୋପାନ ।	ବୁଝାମଣା ବୃଦ୍ଧିରେ ସହାୟକ ହେବାଭଳି ମନୋଭାବ ଗ୍ରହଣ କରିବା ।	୧. କୈଶୋର ସୋପାନରେ ଥିବା ପୁଅଝିଅଙ୍କ ଚାହିଦା ପ୍ରତି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ମନୋଭାବ । ୨. ମଧ୍ୟଜୀବନ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ସମସ୍ୟା ପ୍ରତି ସଚେତନତା । ୩. ପରିବାରରେ ବୟସ୍କ ବୃଦ୍ଧ–ବୃଦ୍ଧାମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ଯତ୍ନଶୀଳ ମନୋଭାବ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୋପାନ	ସମ୍ପୃକ୍ତ ଭାବ ଓ ଆବେଗ	ଅନୁକରଣୀୟ ମାର୍ଗ
୬. ସନ୍ତାନର ବିବାହସ୍ତରର ଜୀବନ ସୋପାନ	ପରିବାରମଧ୍ୟକୁ ଅନ୍ୟର ପ୍ରବେଶ ଓ ପ୍ରସ୍ଥାନ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ମନୋଭାବ ।	୧. କଲେଜ ଯାଉଥିବା କିମ୍ବା ବିବାହ କରିଥିବା ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା । ୨. ପରିବାରର ଆର୍ଥିକ ସ୍ୱଚ୍ଛଳତା ପ୍ରତି ସଚେତନତା । ୩. ବିବାହିତ ଝିଅ କିମ୍ବା ଅନ୍ୟତ୍ର ବସବାସ କରୁଥିବା ବିବାହିତ ପୁଅର ପରିବାରବର୍ଗଙ୍କ ସାମୟିକ ଆଗମନ ପ୍ରତି ସ୍ୱାଗତପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୋଭାବ ।
୭. ମଧ୍ୟବୟସ୍କ ଜୀବନ ।	ବିବାହିତ ପୁତ୍ରକନ୍ୟାଙ୍କ ଉପରୁ ନିଜର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ହୁଗୁଳା କରିବାର ମନୋଭାବ ।	୧. ବିବାହିତ ଜୀବନର ପୁନର୍ବିନ୍ୟାସ ୨. ନାତିନାତୁଣୀମାନଙ୍କୁ ସ୍ୱାଗତ । ୩. ନିଜର ବୃଦ୍ଧ ପିତାମାତାଙ୍କ ଯତ୍ନ ।
୮. ଅବସରକାଳୀନ ଜୀବନ ।	ଅବସରକାଳୀନ ଜୀବନ ଓ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟ ପ୍ରତି ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ।	୧. ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନକୁ ସକ୍ରିୟ ରଖିବାର ମନୋଭାବ । ୨. ବୃଦ୍ଧପିତାମାତା ଏବଂ ବର୍ଷୀୟାନ ଆତ୍ମୀୟସ୍ୱଜନଙ୍କ ମୃତ୍ୟୁକୁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ । ୩. ବାସଗୃହର ଉପଯୋଗୀ ପରିବର୍ତ୍ତନ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ଅଭିଳାଷ

ଅଭିଳାଷ ଆତ୍ମବିକାଶର ଏକ ବିଶିଷ୍ଟ ଉପାଦାନ । ପ୍ରତ୍ୟେକ ମନୁଷ୍ୟର କିଛି ନା କିଛି ଅଭିଳାଷ (Ambition) ରହିଥାଏ । ପୁଣି ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷଟିକୁ କେନ୍ଦ୍ରରେ ରଖି ନିଜ ଜୀବନର ଗତିପଥ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରନ୍ତି । ଅବଶ୍ୟ ଅଭିଳାଷଟିର ସ୍ପଷ୍ଟତା, ଦୃଢ଼ତା ଏବଂ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନତା ଦିଗରେ ବ୍ୟକ୍ତି ବ୍ୟକ୍ତି ମଧ୍ୟରେ ଭିନ୍ନତା ରହିଥାଏ । ନାରୀମାନଙ୍କର ଅଭିଳାଷ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କମ୍ ଦୃଢ଼ । ଏହା ଏକ ସାମାଜିକ ବିଶ୍ୱାସ । ଏ ବିଶ୍ୱାସ କେତେଦୂର ଗ୍ରହଣୀୟ ଏବଂ ଏହାର ମୂଳ କାରଣସବୁ କ'ଣ ଏ ସମ୍ପର୍କରେ ସୁବିସ୍ତୃତ ଆଲୋଚନା ଆବଶ୍ୟକ ।

ଅଭିଳାଷକୁ ସକ୍ରିୟ ରଖୁଥିବା ଦୁଇଟି ମୂଳ ଉପାଦାନ ସମ୍ପର୍କରେ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀମାନେ ଆଲୋକପାତ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ନିଜ ପରିବେଶରେ ଏକ ପ୍ରଭାବ-ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି (Mastery orientation) ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସମ୍ମାନ (Recognition) ହେଉଛି ମୌଳିକ ଉପାଦାନ । ଭାରତବର୍ଷରେ ପ୍ରଭାବ ସୃଷ୍ଟି କରିବାର ଇଚ୍ଛାର ପରିପ୍ରକାଶ ହେଉଛି ଅଭିନବ ଜ୍ଞାନ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରିବାର ଦୃଢ଼ କାମନା । ଲଟେରୀ ପାଇବା ଭଳି ଆକସ୍ମିକ ସଂଯୋଗ ବା ଦୈବୀ ସଂଯୋଗ ଫଳରେ ସଫଳ ହେବାର କାମନା ଏ ଧରଣର ଇଚ୍ଛା ଶକ୍ତି ନୁହେଁ । ପରିଶ୍ରମ କରି ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଭାବରେ ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିବାର ମନୋଭାବ ଏ ଧରଣର ଇଚ୍ଛାଶକ୍ତି । ପୁଣି ଅଭିଳାଷ ମୂଳରେ ସକ୍ରିୟ ଥିବା ଅନ୍ୟତମ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ସମ୍ମାନଲାଭ କରିବାର କାମନା ।

ଅନ୍ୟଠାରୁ ନିଜର ଦକ୍ଷତା ପାଇଁ ପ୍ରଶଂସା ଆଶା କରିବା ହୁଏତ ଅଧିକାଂଶ ଉଚ୍ଚାଭିଳାଷୀ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏକ ସ୍ୱାଭାବିକ ପରିପ୍ରକାଶ । ମାତ୍ର ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ପ୍ରତ୍ୟାଶାର ପରିମାଣ କମ୍ ହେବାର ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଏ । ବିଶିଷ୍ଟ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ବାନ୍ଦୁରା ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ଦର୍ଶାଇଛନ୍ତି ଯେ ପିଲାମାନେ ଅନୁକରଣପ୍ରିୟ ଏବଂ ଅନୁକରଣସବୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ (Reinforced) ହେଲେ ପିଲାମାନେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଅନୁକରଣ କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଦକ୍ଷତାପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟକ୍ତିବିଶେଷଙ୍କ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ଅନୁକରଣ କରିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବାଳିକାମାନେ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ମହିଳାମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ କମ୍ ପ୍ରୋତ୍ସାହିତ ହୁଅନ୍ତି । ଫଳରେ ନିଜର କୃତିତ୍ୱ ଲାଗି ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଇବାର ଆଶା ଧୀରେ ଧୀରେ କ୍ଷୀଣ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅବଶ୍ୟ ବାଳିକା ଓ ମହିଳାମାନେ ସବୁ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଯେ ନିଜର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଜାରୀ କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟଠାରୁ ପ୍ରଶଂସା ପାଇବାର କମ୍ ଇଚ୍ଛା ଦେଖାନ୍ତି, ସେକଥା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ନାରୀମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ନାରୀମାନେ ନିଜର କର୍ତ୍ତୃତ୍ୱ (Mastery) ପ୍ରଦର୍ଶନ କରିବାରେ ଅଧିକ ଆଗଭର ହୁଅନ୍ତି । ମାତ୍ର ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ଗହଣରେ ନାରୀମାନେ ନିଜର ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଜାରୀ କରିବା ଏବଂ ନିଜର କୃତିତ୍ୱ ଲାଗି ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଲାଭ କରିବାର ଦୃଢ଼ ଆଶା ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତି ନାହିଁ ।

ନାରୀମାନଙ୍କ ଅଭିଳାଷରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟି କରୁଥିବା ଉପାଦାନ ଦୁଇଟି ହେଉଛି ସମ୍ପର୍କମୁଖୀ ଏବଂ ଅନ୍ୟକୁ ଏକ ସମ୍ପର୍କ ଦେବାର ମନୋଭାବ । ଜଣେ ନାରୀ ଏକ ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନିଜର ସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କରେ ସଚେତନ ହୁଏ । କନ୍ୟା ରୂପେ, ସ୍ତ୍ରୀ ରୂପେ, ମାତା ରୂପେ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷୟିତ୍ରୀ ରୂପେ ସେ ନିଜର ସତ୍ତାକୁ ସ୍ପଷ୍ଟକରି ଦେଖେ । ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅନ୍ଧକାର ଗୃହ ମଧ୍ୟରେ ଗୋଟିଏ ନାରୀ ନିଜକୁ ନାରୀ ବୋଲି ଭାବେ କି ? ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତର ଦେବାବେଳେ ନାରୀ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନିଶ୍ଚିତ "ହଁ"ର ଉତ୍ତର ମିଳିବା କଷ୍ଟକର । ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଏକ ସମ୍ପର୍କର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀ ନିଜର ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ (Self-concept) ଗଠନ କରେ । ସୁତରାଂ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଯାଇ ତାହାକୁ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଦିଗପ୍ରତି ସାଲିସ୍ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଏ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ନାରୀ ନିଜର ଅଭିଳାଷ ସହିତ ମଧ୍ୟ ସାଲିସ୍ କରେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟତଃ ସମଗ୍ର ବିଶ୍ୱର ବିକାଶଶୀଳ ଓ ପ୍ରଗତିଶୀଳ ଦେଶମାନଙ୍କରେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସମ୍ପର୍କରେ ଯେଉଁ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବି ରହିଛି, ତାହାର ଅନୁଶୀଳନରୁ ଦେଖାଯିବ ଯେ ନାରୀତ୍ୱର କେନ୍ଦ୍ରବିନ୍ଦୁ ହେଉଛି ତ୍ୟାଗ, ସହିଷ୍ଣୁତା, କୋମଳମତୀ, ସହାନୁଭୂତିଶୀଳତା, ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା, ଗୋଷ୍ଠୀଚେତନା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ମନରେ କଷ୍ଟ ନ ଦେବାର ମନୋଭାବ । ଏହିସବୁ ସାମାଜିକ ପ୍ରତିଛବିସବୁର ମୂଳାଧାର ହେଉଛି ତ୍ୟାଗ । ପୁରୁଷ ପାଇଁ ବ୍ୟବହାର କରାଯାଉଥିବା ବିଶେଷଣ ସବୁ (ସ୍ୱାଧୀନ, ନିର୍ଭୀକ, ଅଭିଳାଷ, ପ୍ରତିଯୋଗିତା ମନୋଭାବ ସମ୍ପନ୍ନ) ଏ ଧରଣର ନୁହେଁ । ସୁତରାଂ ପୁରୁଷୋଚିତ ଗୁଣସବୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଅଭିଳାଷ ଚରିତାର୍ଥରେ ସହାୟକ ହେବା ସ୍ଥଳେ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣମାନ ବାଧକ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟକରେ ।

ସୂକ୍ଷ୍ମଭାବରେ ଅନୁଶୀଳନ କଲେ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ନାରୀମାନେ ନିଜର ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକା (ପରିବାର ଓ ଶିଶୁପାଳନର ଦାୟିତ୍ୱ) ନିର୍ବାହ କରିସାରିବା ପରେ ବଳକା ସମୟକୁ ନେଇ ନିଜର ଅଭିଳାଷର ବିକାଶରେ ବିନିଯୋଗ କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟଭାଷାରେ କହିଲେ ଗତାନୁଗତିକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ଅଭିଳାଷର ପରିପନ୍ଥୀ ହେଲେ ସେମାନେ ଅଭିଳାଷ ସହିତ ସାଲିସ୍ କରନ୍ତି । ଅନେକ ସମୟରେ ଦୁଇ ରାସ୍ତାର ମଝିରେ ଅଟକି ଯିବାର ମାନସିକ ଚାପ ସେମାନଙ୍କର ଅନୁଭୂତ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ପୁଣି ନିଜର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତାର ମୂଲ୍ୟାୟନ କଲାବେଳେ ନାରୀମାନେ ନିଜର କର୍ମଦକ୍ଷତାକୁ ତଳେଇ ଦେଖନ୍ତି । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ ବାଳକ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ନିଜର କର୍ମଦକ୍ଷତାକୁ ବଢ଼ାଇକରି ମୂଲ୍ୟାୟନ କରନ୍ତି । ନାରୀମାନଙ୍କର ଏପରି ନିମ୍ନମୁଖୀ ମୂଲ୍ୟାୟନ ସେମାନଙ୍କୁ ଉଦାସୀନ କରିବା ସ୍ଥଳେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱମୁଖୀ ମୂଲ୍ୟାୟନ ସେମାନଙ୍କୁ ଅଗ୍ରଗାମୀ କରେ ।

ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ସମାଜ ବିଜ୍ଞାନୀମାନେ (Sociologist) ଆଉ ଗୋଟିଏ ଦିଗ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି । ମଧ୍ୟବିତ୍ତ ପରିବାରର ମହିଳାମାନଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରି ସେମାନେ ଦେଖୁଛନ୍ତି ଯେ ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ହୁଏତ ବାଳକ ଓ ବାଳିକାମାନେ ପିତାମାତା ଓ ଅନ୍ୟସବୁ ବୟସ୍କମାନଙ୍କଠାରୁ ସମାନ ଧରଣର ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଉଛନ୍ତି । ଆଧୁନିକ ଯୁଗରେ ଉଦାରତାପୂର୍ଣ୍ଣ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀର ବିକାଶ ଫଳରେ ବାଳିକାମାନେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଉଛନ୍ତି । ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ସେମାନେ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଅଧିକ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ପାଉଛନ୍ତି । ମାତ୍ର କୈଶୋର ଅବସ୍ଥା ପାର ହୋଇ ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନ ଆରମ୍ଭ କରିବା ସମୟରେ ସେମାନେ ଭିନ୍ନ ଏବଂ ପ୍ରତିକୂଳ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀର ଶିକାର ହେଉଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ବୃତ୍ତିଗତ ଜୀବନ ନାରୀସୁଲଭ ଗୁଣାବଳୀର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବିଚାର କରାଯାଇଛି । ଫଳରେ ନାରୀମାନଙ୍କର ତତ୍ପରତା ଓ ଅଭିଳାଷ ବାଧାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଉଛି ।

ଅବଶ୍ୟ ପିଲାମାନେ ବଡ଼ ହୋଇ ନିର୍ଭରମୁକ୍ତ ହୋଇଯିବାପରେ ଅବସ୍ଥାରେ କିଛିଟା ପରିବର୍ତ୍ତନ ଆସୁଛି । ନାରୀମାନେ ପୂର୍ବପରି ଅଧିକ ବିଦ୍ୱେଷର ଶରବ୍ୟ ହେଉନାହାନ୍ତି । ପ୍ରଖ୍ୟାତ ନୃବିଜ୍ଞାନୀ ମାର୍ଗାରେଟ୍ ମିଡ୍ ନାରୀମାନଙ୍କର ଏହି ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ''ତୃତୀୟ ଯୌବନ'' ବା ''ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱାୟିତ ସଚଳତା'' (Heightened vitality) ଆଖ୍ୟା ଦେଇଥିଲେ । କୈଶୋର ଓ ବିବାହର ଆଦ୍ୟ ସୋପାନକୁ ନାରୀର ପ୍ରଥମ ଓ ଦ୍ୱିତୀୟ ଯୌବନ କୁହାଯାଇପାରେ ।

ନାରୀର ଅଭିଳାଷ ଦିଗରେ ଯେଉଁସବୁ ବାଧା ରହିଛି, ସେସବୁ ଯେ ଅନତିକ୍ରମ୍ୟ, ସେକଥା କୁହାଯାଇପାରିବ ନାହିଁ । କୈଶୋର ସମୟରୁ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ପରିଶ୍ରମ, ଲକ୍ଷ୍ୟର ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟତା, ଗଭୀର ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟ, କୌଶଳଭିତ୍ତିକ ଦକ୍ଷତା ଆହରଣରେ ଦୃଢ଼ ସଂକଳ୍ପ ଏବଂ ନିକଟସ୍ଥ ପରିବେଶର ଅନୁକରଣୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ନିଜର ମାନଦଣ୍ଡରୂପେ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ମନୋଭାବ ନାରୀ ଅଭିଳାଷକୁ ସକ୍ରିୟ ଓ ସଂପ୍ରସାରିତ କରିପାରିବ ।

◄ ଅଭିଳାଷ ପୂରଣ ପାଇଁ କ'ଣ କରିବେ ? ►

୧. *ଶିଶୁ ଓ ପରିବାରର ଦାୟିତ୍ୱକୁ ସୁଚାରୁରୂପେ ସମ୍ପାଦନ କରିବା ପାଇଁ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଉଦ୍ୟମ କରନ୍ତୁ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ ଯଥାଯଥ କର୍ତ୍ତବ୍ୟ କରୁନାହାନ୍ତି, ଏପରି ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ଆପଣଙ୍କ ଅଭିଳାଷରେ ବାଧା ସୃଷ୍ଟିକରିବ । ସୁତରାଂ ଏପରି ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ବା ନିଜକୁ ଦୋଷ ଦେବାର ମନୋଭାବଠାରୁ ଦୂରେଇ ରୁହନ୍ତୁ ।*

Digitized by srujanika@gmail.com

୨. ସବୁ ଜିନିଷ ଆପେ ଆପେ ହୋଇଯିବ, ଏପରି ବିଚାର ରଖନ୍ତୁ ନାହିଁ । ନିଜର ଲକ୍ଷ୍ୟ ପୂରଣରେ କିଛିଟା ଜୋରଜବରଦସ୍ତ (Assertive) ମନୋଭାବ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତୁ ।

୩. ପରିବେଶରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ରକ୍ଷା କରିବାକୁ ଏବଂ ନିୟନ୍ତ୍ରଣ ଜାରୀରଖିବାକୁ ସଂଗଠିତ ଉଦ୍ୟମ କରନ୍ତୁ ।

୪. କୌଣସି ପ୍ରାସଙ୍ଗିକତା ନଥାଇ ନିଜର କୃତିତ୍ୱର ବିଜ୍ଞାପନ କରିବା ହୁଏତ ଅନୁଚିତ ହୋଇପାରେ । ମାତ୍ର ପ୍ରସଙ୍ଗ ଉପୁଜିଲେ ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ କଳାକୌଶଳର କଥା ବାରମ୍ବାର କୁହନ୍ତୁ ।

୫. ଅଭିଳାଷର ଅଙ୍କୁରଣ ପାଇଁ ଆପଣ ଖୁବ୍‌ବେଶୀ ବିଳମ୍ବ କରିଛନ୍ତି, ଏ କଥା ଆଦୌ ଭାବନ୍ତୁ ନାହିଁ । ଆପଣ ଏବେ ବହୁ ସମ୍ଭାବନାର ଅଧିକାରୀ, ଏ କଥା ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତୁ ଏବଂ ନିଷ୍ଠାପର ଉଦ୍ୟମ ଆରମ୍ଭ କରନ୍ତୁ ।

ଆପଣଙ୍କର ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ କେତେ ବେଶୀ ?

ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ଭଲରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ଏହି ବାକ୍ୟଟି ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରତି କେତେଦୂର ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ତାହା ସୂଚାନ୍ତୁ । ଆଦୌ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ହୋଇନଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବରର ବାକ୍ୟପାଇଁ ୧ ଲେଖନ୍ତୁ । କ୍ୱଚିତ୍ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବରର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ୨ ଲେଖନ୍ତୁ । କିଛି ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ୩ ଲେଖନ୍ତୁ । ପୂରାପୂରି ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ୪ ଲେଖନ୍ତୁ ।

ବାକ୍ୟ

୧. କଠିନ ପରିଶ୍ରମ କଲେ ମୁଁ ସବୁବେଳେ କଷ୍ଟକର ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିପାରେ ।

୨. ଅନ୍ୟ କେହି ବାଧା ଦେଲେ ମଧ ମୁଁ ଯାହା ଚାହୁଁଛି ତାହା ହାସଲ କରିବାର ଉପାୟ ସବୁ ବାହାର କରିପାରିବି ।

୩. ମୋର ଲକ୍ଷ୍ୟକୁ ଧରି ରଖିବା ଏବଂ ହାସଲ କରିବା ମୋ ପକ୍ଷରେ ସହଜ ।

୪. ମୋର ଦୃଢ଼ ବିଶ୍ୱାସ ଯେ ମୁଁ ଅପ୍ରତ୍ୟାଶିତ ଘଟଣାସବୁର ମୁକାବିଲା କରିପାରିବି ।

୫. ଭାଗ୍ୟକୁ ମୋର ଏପରି ସୁବିଧା ସୁଯୋଗ ରହିଛି ଯେ, ଅଘଟଣସବୁର କିପରି ମୁକାବିଲା କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହା ମୁଁ ଜାଣେ ।

୬. ମନ ଦେଲେ ମୁଁ ଅଧିକାଂଶ ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ କରିପାରିବି ।

୭. ପରିସ୍ଥିତିର କିପରି ମୁକାବିଲା କରିବାକୁ ହୁଏ, ତାହାର କୌଶଳ ମୋତେ ଜଣା ଥିବାରୁ ଖରାପ ଅବସ୍ଥାରେ ବି ମୁଁ ସ୍ଥିର ଓ ଶାନ୍ତ ରହେ ।

୮. ସମସ୍ୟା ଆସିଲେ ମୁଁ ସାଧାରଣତଃ ସମାଧାନର ବହୁ ପଥ ଦେଖିପାରେ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୯. ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱରେ ପଡ଼ିଲେ, କିଛିନା କିଛି କରିବାର ବାଟ ମୁଁ ଦେଖିପାରେ ।
୧୦. ଯେପରି ବିପଦ ଆସୁନା କାହିଁକି ତାହାର ମୁକାବିଲା ପାଇଁ ମୁଁ ସମର୍ଥ ।
ଆପଣ ଦଶଟି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଲେଖିରଖିଥିବା ନମ୍ବରଗୁଡ଼ିକ ମିଶାନ୍ତୁ । ଏହି ନମ୍ବର ୧୦ରୁ ୪୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଆପଣଙ୍କର ନମ୍ବର ୧୦ କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣଙ୍କର ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ କମ୍ ବୋଲି ବୁଝାଯିବ । ଏହି ନମ୍ବର ୧୧ରୁ ୨୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ ସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ସାଧାରଣ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୩୧ରୁ ୪୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ ସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ଉଚ୍ଚସ୍ତରର ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯିବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀର ସୁଖାନୁଭୂତି

ମନୁଷ୍ୟ ସଦାସର୍ବଦା ସୁଖାନୁଭୂତିର କାମନା କରେ । ମାତ୍ର ସବୁବେଳେ ସୁଖାନୁଭୂତି ମିଳି ନଥାଏ । ଦୁଃଖ ଓ ସୁଖର ଅନୁଭୂତି ମିଶ୍ରିତ ଭାବରେ ମନୁଷ୍ୟ ଜୀବନକୁ ସ୍ପର୍ଶକରେ । ନାରୀମାନଙ୍କର ସୁଖାନୁଭୂତି ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଏକ ବିରୋଧାଭାସ ରହିଛି । ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ପ୍ରାୟ ଦୁଇଗୁଣ ନାରୀ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ରହିବାର ପ୍ରମାଣ ରହିଛି । ଭାରତବର୍ଷରେ ଏକ ସର୍ବେକ୍ଷଣରୁ ଜଣାଯାଏ ଯେ ଦଶଜଣ ପୁରୁଷଙ୍କ ସ୍ଥାନରେ ପ୍ରାୟ ଅଠର ଜଣ ନାରୀ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅବସାଦ (Depression) ବହୁ ଆଲୋଚିତ ।

କିନ୍ତୁ ବିଶ୍ୱର ବିଭିନ୍ନ ସ୍ଥାନରେ ସୁଖାନୁଭୂତି ପାଇଁ ହୋଇଥିବା ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ନାରୀ ଓ ପୁରୁଷମାନେ ସମପରିମାଣରେ ସୁଖୀ । କେତେକ ଏହାକୁ ଗ୍ରହଣ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନେ ଯୁକ୍ତି କରନ୍ତି ଯେ ନାରୀମାନେ ପ୍ରକୃତରେ ଦୁଃଖୀ । ମାତ୍ର ସମାଜ ସଦାସର୍ବଦା ନାରୀମାନଙ୍କୁ ହସହସ ମୁଖରେ ଦେଖିବାକୁ ଚାହେଁ । ଏପରି ସାମାଜିକ ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଅନୁଯାୟୀ ନାରୀମାନେ ସୁଖର ଛଳନା କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏପରି ଯୁକ୍ତି ଗ୍ରହଣୀୟ ନୁହେଁ । ବହୁ ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ଆନନ୍ଦ ଅନୁଭବ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ବେଶି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ସୁଖାନୁଭୂତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ସମପର୍ଯ୍ୟାୟଭୁକ୍ତ ହେବା ଅସମୀଚୀନ ନୁହେଁ ।

ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିବାକୁ ଗଲେ ବୁଝାଯିବ ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆବେଗର ତୀବ୍ରତା (Intensity) ଅଧିକ । ଏମାନଙ୍କର ଦୁଃଖାନୁଭୂତି ତୀବ୍ର ହେବା ସ୍ଥଳେ ଆନନ୍ଦାନୁଭୂତି ମଧ୍ୟ ତୀବ୍ର ହୋଇଥାଏ । ବହୁ ପରିମାଣର ସକାରାତ୍ମକ ଭାବାବେଗ ଓ ବହୁପରିମାଣର ନକାରାତ୍ମକ ଭାବାବେଗର ମିଶ୍ରିତ ଫଳାଫଳ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଯେଉଁ ପରିଣତି ସୃଷ୍ଟି କରିବ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଳ୍ପପରିମାଣର ସକାରାତ୍ମକ ଭାବାବେଗ ଓ ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ନକାରାତ୍ମକ ଭାବାବେଗ ସେହିପରି ଯୋଗଫଳ ଦେବ । ସୁତରାଂ ନାରୀମାନେ ତୀବ୍ର ବିଷାଦ ଓ ତୀବ୍ର ଆନନ୍ଦର ଅନୁଭବ ଲାଭକରି ଶେଷ ପରିଣତିରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସହିତ ସମପରିମାଣର ସୁଖଲାଭ କରିବା ଅସଙ୍ଗତ ନୁହେଁ ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ଭାବାବେଗର ତୀବ୍ରତା ବିଭିନ୍ନ ପଦ୍ଧତିରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି । ଧରାଯାଉ, ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଏହିପରି କେତେକ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲା । "ଆପଣମାନେ ଆନନ୍ଦ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅନୁଭବ କଲାବେଳେ କେତେ ବେଶି ଆନନ୍ଦ ପାଆନ୍ତି ?'' ଆପଣମାନେ ବିଷାଦ ଅନୁଭବ କଲାବେଳେ କେତେବେଶି ବିଷାଦ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ? ଆପଣମାନେ ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲ ହେଲାବେଳେ କେତେ ଅଧିକ ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲ ହୁଅନ୍ତି ? ଆପଣମାନେ ନର୍ଭସ୍ ହେଲାବେଳେ କେତେ ବେଶି ନର୍ଭସ ହୁଅନ୍ତି ?'' ସମାନ ପ୍ରକାର ପ୍ରଶ୍ନ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ମଧ୍ୟ ପଚରାଯାଇପାରେ ।

ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଗଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ ନାରୀମାନଙ୍କର ଭାବାବେଗର ଆତିଶଯ୍ୟ ରହିଛି । ସେମାନେ ଆନନ୍ଦ ବେଳେ ଯେପରି ଆତ୍ମହରା ହୁଅନ୍ତି, ନର୍ଭସ୍ ହେଲେ ପୂରାପୂରି ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଭାବାବେଗ ଏକ ସୀମିତ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ରୁହେ । ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଭାବାବେଗର ଶୀର୍ଷକୁ ଯାଆନ୍ତି ସେମାନେ ଆବେଗର ନିମ୍ନ ସ୍ତରକୁ ମଧ୍ୟ ଖସନ୍ତି । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ହେବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ହର୍ଷମୁଖର ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ଦୃଢ଼ ।

ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ଆଉ ଗୋଟିଏ ପରୀକ୍ଷାରୁ ମଧ୍ୟ ନାରୀମାନଙ୍କର ଆବେଗର ତୀବ୍ରତା ଜାଣିବା ସମ୍ଭବ । ମନୁଷ୍ୟ ମନେରଖିଥିବା ଘଟଣାର ସ୍ମୃତି ସମ୍ପର୍କରେ ଚାରୋଟି ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଇପାରେ । ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନରେ ସବୁଠାରୁ ଆନନ୍ଦମୟ ଘଟଣାଟି କ'ଣ ? ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନର ସବୁଠାରୁ ଦୁଃଖଦ ଘଟଣାଟି କ'ଣ ? ଗତ ଏକ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସବୁଠାରୁ ବେଶୀ ଆନନ୍ଦ ଦେବାଭଳି କ'ଣ ଘଟିଛି ? ଗତ ଏକ ମାସ ମଧ୍ୟରେ ସବୁଠାରୁ ଦୁଃଖ ଦେବାଭଳି କ'ଣ ଘଟିଛି ?

ଏହି ଚାରୋଟି ପ୍ରଶ୍ନର ଉତ୍ତରକୁ ଅନୁଧ୍ୟାନ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ ଗଭୀର ଆନନ୍ଦପୂର୍ଣ୍ଣ ଘଟଣା ବର୍ଣ୍ଣନା କରୁଥିବା ଅଧିକାଂଶ ବ୍ୟକ୍ତି ଗଭୀର ଦୁଃଖଦ ଘଟଣାର ମଧ୍ୟ ବର୍ଣ୍ଣନା ଦେବେ । ବିଶେଷକରି ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ନାରୀମାନେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାର ଆବେଗପୂର୍ଣ୍ଣ ଘଟଣା ବର୍ଣ୍ଣନା କରିବେ । ଏହା ଏକ ବିଶେଷତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ । ଆବେଗ ଅନୁଭୂତିର ଏପରି ତୀବ୍ରତା ନାରୀମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ବିଷାଦଗ୍ରସ୍ତ ଓ ଅଧିକ ଉତ୍‌ଫୁଲ୍ଲ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଏ ଦୁଇଟି ଗାଣିତିକ ଯୋଗଫଳ ସେମାନଙ୍କୁ ସୁଖାନୁଭୂତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ସହିତ ସମପର୍ଯ୍ୟାୟଭୁକ୍ତ କରିଥାଏ ।

ଆପଣ କେତେ ସୁଖୀ ?

ନିମ୍ନରେ ଦଶଟି ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ସହିତ ଆପଣ ଏକମତ ବା ଅମତ ହୋଇପାରନ୍ତି । ୧ରୁ ୭ ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ସଂଖ୍ୟାମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ କୌଣସି ଏକ ସଂଖ୍ୟା ବ୍ୟବହାର କରି ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ସହିତ ନିଜ ମତର ମେଳ ବା ଆବେଗ ପ୍ରକାଶ କରନ୍ତୁ ।

- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଦୃଢ଼ ଅମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୧ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଅମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୨ ଲେଖନ୍ତୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଅଳ୍ପ ଅମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୩ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଏକମତ ଓ ଅମତ ହେବାରେ କଷ୍ଟକର ହେଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୪ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଅଳ୍ପ ଏକମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୫ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଏକମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୬ ଲେଖନ୍ତୁ ।
- ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଦୃଢ଼ ଏକମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ବାକ୍ୟପାଇଁ ଅନ୍ୟ କାଗଜରେ ୭ ଲେଖନ୍ତୁ ।

୧. ଯେଉଁ ପ୍ରକାର ଜୀବନ ମୋ ଦୃଷ୍ଟିରେ ଉତ୍ତମ, ସେହି ପ୍ରକାର ଜୀବନ ମୁଁ ଯାପନ କରୁଛି ।

୨. ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଯେପରି ସମ୍ମାନ ପାଉଛି ତାହାନେଇ ମୁଁ ଆନନ୍ଦିତ ।

୩. ମୋ ପରିବାରର ଲୋକମାନେ ମୋତେ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ବ୍ୟକ୍ତି ହିସାବରେ ବର୍ଣ୍ଣନା କରିଥାନ୍ତି ।

୪. ମୁଁ ଯେପରି ଭାବରେ ମୋର କର୍ତ୍ତବ୍ୟସବୁ ପରିପୂରଣ କରିଛି, ତାହାନେଇ ମୁଁ ଆନନ୍ଦିତ ।

୫. ଆଉଥରେ ମୋ ଜୀବନ ନୂଆକରି ଗଢ଼ିବାକୁ ସୁଯୋଗ ଦିଆଗଲେ ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନର ଜୀବନକୁ ହିଁ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ପସନ୍ଦ କରିବି ।

୬. ମୋ ଜୀବନ ନେଇ ମୁଁ ବେଶ୍ ଖୁସି ।

୭. ମୋ ପରିବାରରେ ଲୋକମାନେ ମୋ ଜୀବନଶୈଳୀକୁ ଅନୁମୋଦନ କରନ୍ତି ।

୮. ମୁଁ ଶାନ୍ତି ଅନୁଭବ କରୁଛି ।

୯. ମୋ ପରିପାର୍ଶ୍ୱରେ ବସବାସ କରୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ସୁଖୀ ।

୧୦. ଅନ୍ୟମାନେ ମୋତେ ସୁଖୀବ୍ୟକ୍ତି ରୂପେ ବିଚାର କରନ୍ତି ।

ଆପଣ ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ଲେଖିଥିବା ନମ୍ବରସବୁକୁ ମିଶାନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶାଣଫଳ ୧୦ରୁ ୭୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଏହି ମିଶାଣ ଫଳ ଯେତେ ବେଶୀ ହେବ, ଆପଣ ସେହି ଅନୁସାରେ ଅଧିକ ସୁଖୀ । ମିଶାଣଫଳ ୧୫ କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ କମ୍ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣଙ୍କ ସୁଖର ପରିମାଣ କମ୍ ବୋଲି ଧରାଯିବ । ଏହି ମିଶାଣଫଳ ୧୬ରୁ ୩୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିଲେ ଆପଣଙ୍କ ସୁଖର ପରିମାଣ ସାଧାରଣ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ । ଆପଣ ନମ୍ବର ୩୧ରୁ ୫୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ ଆପଣ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ସାମାନ୍ୟ ଅଧିକ ସୁଖୀ ବୋଲି ବିଚାର କରାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୫୧ କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ ଉର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ହୋଇଥିଲେ ଆପଣ ଅତି ସୁଖୀ ବୋଲି ବିବେଚନା କରାଯିବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ ଓ ସଫଳତା

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଜୀବନରେ କିଛି ହାସଲ କରିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି । ମାତ୍ର ଲକ୍ଷ୍ୟବିନ୍ଦୁର ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନ ଦିଗରେ ତତ୍ପରତା ଏବଂ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲରେ ସନ୍ତୋଷ ଲାଭ କରିବାର ମାତ୍ରା ସବୁଲୋକଙ୍କର ସମାନ ନୁହେଁ । କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଖାମ୍‌ଖେୟାଲୀ ଭାବରେ ନିଜର ଲକ୍ଷ୍ୟ ବା ଅଭିଳାଷ ପୋଷଣ କରନ୍ତି । ସେସବୁର ସାଧନ ଦିଗରେ ବିଧିବଦ୍ଧ ଯୋଜନା ନ ଥାଏ । ପୁଣି ଥରେ ଦୁଇଥର ପ୍ରତିବନ୍ଧକର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ସେମାନେ ସବୁ ଛାଡ଼ିଦେଇ ନିଷ୍କ୍ରିୟ ହୋଇପଡ଼ନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସ୍ଥିର କଲାପରେ ଯୋଜନାବଦ୍ଧ ଭାବରେ ଅଗ୍ରସର ହେବା ଏବଂ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସତ୍ତ୍ୱେ ଆଗେଇଚାଲିବାର ମାନସିକତା ଏକ ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନମୁଖୀ (Achieving) ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ସୂଚକ ।

ପୁରୁଷ ଓ ନାରୀମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଏପରି ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନମୁଖୀ ଅଭିପ୍ରେରଣା (Motivation)ର ପାର୍ଥକ୍ୟ ସମ୍ପର୍କୀୟ ପ୍ରଶ୍ନ ଜିଜ୍ଞାସା ସୃଷ୍ଟି କରିଛି। ପ୍ରକୃତ ସଫଳତାକୁ ବିଚାର କଲେ ସ୍ଥାନଅବସ୍ଥିତି (Spatial ability) ଓ ଗାଣିତିକ ଦକ୍ଷତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ପୁରୁଷମାନେ ଏବଂ ଭାଷା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ଆଗୁଆ ବୋଲି ଅନ୍ୟତ୍ର ସୂଚିତ ହୋଇଛି । ମାତ୍ର ସାଧାରଣ ଭାବରେ କିଛି ହାସଲ କରିବା ପାଇଁ କେଉଁମାନେ ଅଧିକ ବ୍ୟଗ୍ର ଏବଂ କର୍ମପ୍ରବଣ, ତାହା ଏକ କୌତୂହଳପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନ ।

ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନର ଅଭିପ୍ରେରଣାର ମାପକସବୁ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଭିପ୍ରେରଣା ଅଧିକ ବୋଲି ସୂଚାଇଥାଏ । ଅବଶ୍ୟ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଚାହିଦା କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ଯେ ଅଗ୍ରଣୀ, ଏଥିରେ ସନ୍ଦେହ ନାହିଁ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ସମ୍ପର୍କ-ପ୍ରବଣତା (Affiliation) କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀମାନେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଅନୁରାଗ ଦର୍ଶାନ୍ତି । ତଥାପି ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନ କ୍ଷେତ୍ରରେ ନାରୀ-ପୁରୁଷର ପାର୍ଥକ୍ୟ ମୂଳରେ ଯେଉଁ କେତୋଟି କାରଣ ରହିଛି, ତାହାର ଆଲୋଚନା ବେଶ୍ ଫଳପ୍ରଦ । ଏଗୁଡ଼ିକ ଠିକ୍ ରୂପେ ବୁଝିପାରିଲେ ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦୂରୀକରଣ ଦିଗରେ ପଦକ୍ଷେପ ନେଇହେବ ।

ପ୍ରଥମ କାରଣଟି ହେଉଛି ସଫଳତା ଓ ବିଫଳତା ସହିତ ସଂଶ୍ଳିଷ୍ଟ ରହୁଥିବା କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣଭଙ୍ଗୀ । ସାଧାରଣତଃ ଆମେ ସଫଳତା କିମ୍ବା ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେବାମାତ୍ରେ ଏହାର କାରଣ ସମ୍ପର୍କରେ ଆମ ମନରେ ପ୍ରଶ୍ନ ଜନ୍ମେ । ଆମେ ଯେଉଁ ଉତ୍ତରଟି ପ୍ରୟୋଗ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରୁ, ତାହା ଆମର ମାନସିକ ଅବସ୍ଥା ଓ ପରବର୍ତ୍ତୀ କାର୍ଯ୍ୟାଧାରାକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ପୁରୁଷମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟହାସଲରେ ସଫଳ ହେଲେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଓ ସ୍ଥାୟୀ କାରଣଟିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । ଅନ୍ତର୍ନିହିତ କାରଣର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉପାଦାନଟିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେବା । ସେମାନେ ବିଜ୍ଞ, ସୁଚତୁର ଏବଂ କୁଶଳୀ ହୋଇଥିବାରୁ ଏପରି ଘଟିଲା ବୋଲି ବିଚାର କରନ୍ତି । ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଏକ ସାମୟିକ (ଅସ୍ଥାୟୀ) ଉପାଦାନ ନୁହେଁ; ଏହା ଅତୀତରେ ଥିଲା ଏବଂ ଭବିଷ୍ୟତରେ ମଧ୍ୟ ରହିବ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କାରଣଟି ସ୍ଥାୟୀ । ଅନ୍ୟପକ୍ଷରେ, ପୁରୁଷମାନେ ବିଫଳତାର ଶରବ୍ୟ ହେଲେ କାରଣଟିକୁ ବାହ୍ୟିକ ଓ ଅସ୍ଥାୟୀ ଭାବନ୍ତି । ଲୋକଙ୍କର ସହଯୋଗ ମିଳି ନଥିବାରୁ କାର୍ଯ୍ୟଟି ବିଫଳ ହେଲା କିମ୍ବା ପରିଶ୍ରମର ଅଭାବ ଥିବାରୁ ବିଫଳତା ମିଳିଲା, ଏପରି ଭାବନା ଆସେ । ଏପରି ବାହ୍ୟିକ ଓ ଅସ୍ଥାୟୀ କାରଣ ଭାବିବସିଲେ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ବିଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିଶେଷ ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ଆସେ ନାହିଁ । ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସେମାନେ ବିଫଳତା ଏଡ଼ାଇ ସଫଳତା ହାସଲ କରିବେ, ଏପରି ଆଶାବାଦ ବଜାୟ ରଖନ୍ତି ।

ନାରୀମାନଙ୍କର ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ବିପରୀତ ଢଙ୍ଗରେ ହୋଇଥାଏ । ସଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ବାହ୍ୟିକ ଓ ଅସ୍ଥାୟୀ କାରଣକୁ ବେଶୀ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି । ପ୍ରଶ୍ନପତ୍ର ସହଜ ଥିବାରୁ ସେମାନେ କୃତିତ୍ୱ ହାସଲ କରିଛନ୍ତି । ଭାଗ୍ୟ ଅନୁକୂଳ ଥିବାରୁ ଉଚ୍ଚ ସଫଳତା ମିଳିଛି । ଏପରି ସବୁ ଭାବନା ସେମାନଙ୍କ ମନକୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବିଫଳତାର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ସେମାନେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଓ ସ୍ଥାୟୀ କାରଣକୁ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କର ଅଯୋଗ୍ୟତା ଫଳରେ ଏପରି ଘଟିଛି ବୋଲି ମନେକରନ୍ତି । ବିଫଳତା ପାଇଁ ନିଜକୁ ଦାୟୀ କରିବା ଫଳରେ ଆତ୍ମଗ୍ଲାନି ଅଧିକ ହୁଏ ଏବଂ ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ସଫଳତାର ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଦୃଢ଼ ହୁଏ ନାହିଁ । ସ୍ଥୂଳତଃ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ–ଭଙ୍ଗୀ ପୁରୁଷମାନଙ୍କର ଅଧିକ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥିବାରୁ ଏହା ସେମାନଙ୍କୁ ଅଧିକ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

କେହି କେହି ବିଶେଷଜ୍ଞ ନାରୀମାନଙ୍କର ଅନଗ୍ରସରତାକୁ ବୁଝାଇବାକୁ ଯାଇ ସାମାନ୍ୟ ଭିନ୍ନ ଧରଣର ପରିଭାଷା ପ୍ରୟୋଗ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ନାରୀର ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ସ୍ୱପ୍ରତ୍ୟୟ (Self-concept) ପୁରୁଷମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ କମ୍ ଦୃଢ଼ । ସେମାନେ କମ୍ ସାମର୍ଥ୍ୟର ଅଧିକାରୀ ବୋଲି ବିଶ୍ୱାସ ସେମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟିକରେ । ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ଏହି ଅଭାବ ଫଳରେ ସେମାନଙ୍କର ପ୍ରସ୍ତୁତି, ପ୍ରତ୍ୟାଶା ଓ ପ୍ରଯତ୍ନର ସ୍ତର କମ ରହିଥାଏ । ଅନ୍ୟ ଭାଷାରେ କହିଲେ ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ବିଶ୍ୱାସ ଏବଂ ପରିବେଶରେ ନିୟନ୍ତ୍ରଣର ବିଶ୍ୱାସ ପୁରୁଷମାନଙ୍କୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନରେ ସାହାଯ୍ୟ କରୁଥିବାସ୍ଥଳେ ଏହି ଉପାଦାନଗୁଡ଼ିକର ଅଭାବ ନାରୀମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟିକରେ ।

ଆଉ କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ନାରୀମନର ଏକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ଦିଗଟି ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିଛନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ହାସଲ କରିବାର ଉଦ୍ୟମରେ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିବାବେଳେ

Digitized by srujanika@gmail.com

ନାରୀମାନେ ଆଉ ଏକ ବିରୁଦ୍ଧ ଶକ୍ତିର ଅନୁଭୂତି ପାଆନ୍ତି । ତାହା ହେଉଛି ସଫଳତାର ଭୟ (Fear of Success) । ସଫଳତା ଲାଭ କଲେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ସଫଳତା କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କଠାରୁ ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧା ହରାଇବାର କାରଣ ହେବ, ଏପରି ଏକ ଆଶଙ୍କା ନାରୀମନକୁ ଆଚ୍ଛନ୍ନ କରେ । ଫଳରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ ସାଧନ ପାଇଁ ଯେତିକି ପରିମାଣର ନିଷ୍ଠା ଓ ଉଦ୍ୟମ ଆବଶ୍ୟକ, ନାରୀ ତାକୁ କରି ନ ଥାଏ । ହୁଏତ ଏପରି ଉଦ୍ୟମହୀନତା ତା'ର ଅଜ୍ଞାତସାରରେ ଘଟିଥାଏ । ମାତ୍ର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର (ଯଥା-ପିତାମାତା ବା ସ୍ୱାମୀ) ଅନୁରାଗ ହରାଇବାର ଭୟ ତାକୁ ଶିଥିଳ କରେ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ କୁହାଯାଇପାରେ ଯେ ସେ ଭଲ ସଫଳତା ଲାଭ କରି ଭଲ ଚାକିରୀଟିଏ ପାଇ ଦୂର ଜାଗାକୁ ଚାଲିଯିବ ଏବଂ ଏପରି ପଦୋନ୍ନତି ତାହାକୁ ଅନ୍ୟଠାରୁ ଦୂରେଇ ନେବ । ଏପରି ଆଶଙ୍କା ଅବଚେତନ ମନରେ ରହିଥାଏ । ନାରୀ ମନର ସଫଳତାର ଭୟ (Fear of Success) ସମ୍ପର୍କୀୟ ଧାରଣାଟି ସପକ୍ଷରେ ଯଥେଷ୍ଟ ପ୍ରମାଣ ନ'ଥିଲେ ମଧ୍ୟ କେତେକ ବିଶେଷଜ୍ଞ ଏହାକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦେଇଛନ୍ତି ।

ଲକ୍ଷ୍ୟସାଧନର ମୂଳରେ ନିହିତ ଥିବା କାରଣଗୁଡ଼ିକ ବୁଝିଲେ ନାରୀ-ପୁରୁଷର ପାର୍ଥକ୍ୟ ଦୂର କରିବାରେ ପଦକ୍ଷେପ ନେବା ସମ୍ଭବ ।

ଆପଣଙ୍କର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ

ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ବାକ୍ୟ ଭଲରୂପେ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକମତ ହୋଇଥିଲେ ସେହି ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ପୃଥକ ଏକ କାଗଜରେ ୪ ଲେଖନ୍ତୁ । ସେହିପରି ଅନ୍ୟ ଏକ ନମ୍ବରର ବାକ୍ୟ ସହିତ ଏକମତ ହୋଇଥିଲେ କାଗଜରେ ଏହି ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ୩ ଲେଖନ୍ତୁ । ବାକ୍ୟଟି ସହିତ ଅମତ ହୋଇଥିଲେ ୨ ଏବଂ ସଂପୂର୍ଣ୍ଣ ଅମତ ହୋଇଥିଲେ ୧ ଲେଖନ୍ତୁ । ଦଶଟି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ଆପଣଙ୍କର ମତାମତ ସୂଚାଉଥିବା ସଂଖ୍ୟା (୧,୨,୩ କିମ୍ବା ୪) ଲେଖନ୍ତୁ ।

୧. ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ତୁଳନାରେ ମୁଁ ନିଜକୁ ଜଣେ ଉପଯୋଗୀ ବ୍ୟକ୍ତି ହିସାବରେ ଅନୁଭବ କରେ ।

୨. ମୁଁ ଅନୁଭବ କରେ ଯେ ମୋର ଏକାଧିକ ସୁଗୁଣ ରହିଛି ।

୩. ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ମୋର ଜୀବନ ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଛି ବୋଲି ମୁଁ ଅନୁଭବ କରେ ।

୪. ଅଧିକାଂଶ ଲୋକ କରିପାରୁଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ମୁଁ କରିପାରେ ।

୫. ଗର୍ବ କରିବା ପାଇଁ ମୋର କିଛି ଉପାଦାନ ନାହିଁ ।

୬. ନିଜପ୍ରତି ମୋର ସକାରାତ୍ମକ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ରହିଛି ।

୭. ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ମୁଁ ସନ୍ତୁଷ୍ଟ ।

୮. ମୋର ଇଚ୍ଛାହୁଏ ଯେ ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଅପେକ୍ଷା ଅଧିକ ସମ୍ମାନ ପାଇଥାନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୯. ବେଳେବେଳେ ମୋତେ ନିଜକୁ ଅଦରକାରୀ ଲାଗେ ।
୧୦. ସମୟସମୟରେ ନିଜକୁ ଅପଦାର୍ଥ ଲାଗେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଆପଣ ୧, ୨, ୪, ୬ ଓ ୭ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟପାଇଁ ବ୍ୟକ୍ତ କରିଥିବା ମତାମତର ମାତ୍ରା ସୂଚାଉଥିବା ସଂଖ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ତାହାପରେ ଅନ୍ୟସବୁ ନମ୍ବରର ବାକ୍ୟମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଭିନ୍ନ ପଦ୍ଧତି ପ୍ରୟୋଗ କରନ୍ତୁ । ଏହିସବୁ ନମ୍ବରରେ (୩, ୫, ୮, ୯ ଓ ୧୦) ବାକ୍ୟପାଇଁ ଆପଣ ୧ ଲେଖିଥିଲେ ତାହା ସ୍ଥାନରେ ୪ ଏବଂ ଦୁଇ ଲେଖିଥିଲେ ତାହା ସ୍ଥାନରେ ୩, ତିନି ଲେଖିଥିଲେ ତାହା ସ୍ଥାନରେ ୨ ଏବଂ ୪ ଲେଖିଥିଲେ ତାହା ସ୍ଥାନରେ ୧ ଲେଖନ୍ତୁ, ଏହି ପାଞ୍ଚୋଟି ବାକ୍ୟ ପାଇଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ସଂଖ୍ୟାଗୁଡ଼ିକ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ପୂର୍ବେ ମିଶାଣଫଳ ୧୦ରୁ ୪୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ଆପଣ ୧୦ ନମ୍ବର କିମ୍ବା ତାଠାରୁ କମ୍ ପାଉଥିଲେ, ଆପଣଙ୍କର ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ ସୀମିତ ବୋଲି ଧରାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୧୧ରୁ ୨୦ ମଧ୍ୟରେ ରହିଥିଲେ, ଏହା ଚଳନୀୟ ବୋଲି ଗ୍ରହଣ କରାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୨୧ରୁ ୩୦ ମଧ୍ୟରେ ଥିଲେ, ଆତ୍ମମର୍ଯ୍ୟାଦାବୋଧ ଉଚ୍ଚ ବୋଲି ବୁଝାଯିବ । ଆପଣଙ୍କ ନମ୍ବର ୩୧ କିମ୍ବା ତାଠାରୁ ଊର୍ଦ୍ଧ୍ୱ ହୋଇଥିଲେ ଏହା ପ୍ରଶଂସନୀୟ ବୋଲି ବିବେଚିତ ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

କର୍ମଜୀବୀ ଏବଂ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ସଂଗତି, ଅସଂଗତି

କର୍ମଜୀବୀମାନଙ୍କର ବଳୟ ନିତ୍ୟ ପ୍ରସାରିତ ହେବାରେ ଲାଗିଛି । ବିଶେଷତଃ ନାରୀମାନେ ସେମାନଙ୍କର ଗୃହ ପରିଚାଳନାର ପାରମ୍ପରିକ ଭୂମିକା ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନ ରହି ଦ୍ୱୈତ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥିବାରୁ ସଂଗତି ଅସଂଗତିର ପ୍ରଶ୍ନ ଜଟିଳ ରୂପରେଖ ନେଇଛି । ଅବଶ୍ୟ କର୍ମସଂସ୍ଥା ଓ ପରିବାରର ଜୀବନ ମଧ୍ୟରେ ଅନେକ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଦେଖିଛନ୍ତି । ଅନେକ ଲୋକ ବିଚାର କରନ୍ତି ଯେ, ମନୁଷ୍ୟର ସମୟ ଓ ମାନସିକ ଶକ୍ତିର ସମ୍ବଳ ସୀମିତ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ବ୍ୟକ୍ତି କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଅଧିକ ସମୟ ଓ ମାନସିକ ଶକ୍ତି ବିନିଯୋଗ କଲେ ପରିବାର ପାଇଁ ଏପରି ସମ୍ବଳର ଅଭାବ ଘଟେ । ସେହିପରି ପରିବାରର ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ସମୟ ଓ ଶକ୍ତିର ଅଧିକ ବିନିଯୋଗ ଘଟିଲେ କର୍ମସଂସ୍ଥା ପାଇଁ ଏ ସବୁର ଅଭାବ ଘଟେ । ସୁତରାଂ ଗୋଟିଏ ଭୂମିକାରେ ସଫଳତାର ମାତ୍ରା ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ ।

ମାତ୍ର ଅନେକ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଏପରି ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଅତି ସରଳୀକୃତ ବିଚାରଧାରା । ବିଶେଷଜ୍ଞମାନଙ୍କ ମତରେ ମନୁଷ୍ୟର ଏକାଧିକ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ସମୃଦ୍ଧିର ବାତାବରଣ ସୃଷ୍ଟି କରିଥାଏ । ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରର ସଫଳ ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ହୁଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ କର୍ମଜୀବୀ ଏବଂ ପାରିବାରିକ ଭୂମିକା ପରସ୍ପରର ପରିପୂରକ ।

କିପରି ଭାବରେ ଗୋଟିଏ ଭୂମିକା ଅନ୍ୟ ଭୂମିକାକୁ ଋଦ୍ଧିମନ୍ତ କରେ, ତାହା ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଅନୁଶୀଳନ କରି ତିନୋଟି ଉପାୟର ଅବତାରଣା କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ଭୌତିକ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ । ପରିବାର ହେଉ ବା କର୍ମସଂସ୍ଥା ହେଉ, ଭୂମିକାଟି ଉଚ୍ଚ ଧରଣର ହୋଇଥିଲେ ତାହା ଭୌତିକ ଓ ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପ୍ରଦାନ କରିଥାଏ । ଏପରି ସୁସ୍ଥତା ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ । ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ସନ୍ତୋଷ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଗତି କରେ ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକାର ସଂଗତିଟି ମାନସିକ ଚାପକୁ ଦୂର କରିବାର ପ୍ରଣାଳୀ । ଏହା ଅନେକ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି ଯେ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ କାର୍ଯ୍ୟ କଲାବେଳେ ଲବ୍ଧ ଶାନ୍ତି ଓ ସନ୍ତୋଷ ନିରାନନ୍ଦକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରିଥାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ପରିବାରରେ ସୃଷ୍ଟି ହେଉଥିବା କେତେକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଅଶାନ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟସୃଷ୍ଟ ସନ୍ତୋଷ ଫଳରେ ଚାଲିଯାଇଥାଏ । ଗୋଟିଏ ଭୂମିକାର ଆନନ୍ଦ ଅନ୍ୟ ଭୂମିକାର ବିଷାକ୍ତ ଅନୁଭବକୁ ଦୂର କରେ ।

ତୃତୀୟତଃ ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନୁଭୂତି ଅନ୍ୟ ଭୂମିକାର ଅନୁଭବକୁ ଋଦ୍ଧିମନ୍ତ କରେ । ପ୍ରତ୍ୟେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତି ବହୁବିଧ ଅନୁଭବର ଅଧିକାରୀ ହୁଏ । ଅନୁଭବର ବିବିଧତା ବେଶ୍ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ପରିବାରର ସକରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବକୁ ସ୍ପଷ୍ଟ କରିବାକୁ ଯାଇ ଜଣେ ମହିଳା କୁହନ୍ତି –

ମୁଁ ଭାବୁଛି ଯେ ପରିବାରରେ ଜଣେ ଜନନୀ ରୂପେ ମୁଁ ବେଶ୍ ଧୈର୍ଯ୍ୟ ଶିକ୍ଷା କରିଛି । ଗୋଟିଏ ଛାତ ତଳେ ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ କିଶୋର କିଶୋରୀ ବିକଶିତ ହେବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମୁଁ ଦେଖିଛି । ଏପରି ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ ଫଳରେ ମୋର ପରିଚାଳନା ଦକ୍ଷତା ବୃଦ୍ଧି ପାଉଛି । ପ୍ରତିଟି ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ସୁହାଇବା ଭଳି ଜୀବନ ବିକାଶର ପର୍ବ ମୁଁ ନିଜ ଆଖିରେ ଦେଖିଛି । ସହନଶୀଳ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ପରିଚାଳନାର କୌଶଳ ସବୁ ମୁଁ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ଶିକ୍ଷା କରିଛି । ଏହା ମୋର କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତାକୁ ଉନ୍ନତ କରିଛି ।

କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଅନୁଭବ ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ କିପରି ରସାଣିତ କରେ, ତାହାର ମଧ୍ୟ ଉଦାହରଣ ରହିଛି । ଏ ଦିଗଟି ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରିବାକୁ ଯାଇ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି କୁହନ୍ତି – ଘରେ ମୋର ଜଣେ ଷୋହଳ ବର୍ଷ ବୟସର ପୁଅ ଅଛି, ତାହା ସହିତ କାରବାର କଲାବେଳେ ମୁଁ ସବୁବେଳେ ଆମ ସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟଶୈଳୀ ମନେପକାଏ । କର୍ମସଂସ୍ଥାନ, ପାଟିତୁଣ୍ଡ ନ କରି ଚିତ୍କାର ନ କରି ଅନେକ ସମୟରେ କାମଟି କରାଇ ନେବାକୁ ହୁଏ । କଠିନ ଓ ଅନମନୀୟ ମନୋବୃତ୍ତି ନ ନେଇ ନମନୀୟ ମନୋବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହୁଏ । ପରିବାରରେ ବଡ଼ପିଲାମାନଙ୍କ ସହିତ କାରବାର କଲାବେଳେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଏ ନୀତିଟି ମୋର ଦିଗ୍‌ଦର୍ଶକ ହୋଇଥାଏ ।

ପରିବାର ଓ କର୍ମସଂସ୍ଥା ମଧ୍ୟରେ ଯେଉଁ ସକରାତ୍ମକ ଯୋଗସୂତ୍ର ରହିଛି, ସେଠାରେ କେତେକ ସମ୍ବଳର ବିନିମୟ ଘଟୁଛି । ଏହି ସମ୍ବଳ ସବୁକୁ ଚିହ୍ନଟ କରିପାରିଲେ ସୁପ୍ରଭାବ ବିନିମୟ ପ୍ରକ୍ରିୟାକୁ ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରାଯାଇପାରିବ ।

ପାଞ୍ଚପ୍ରକାର ସମ୍ବଳକୁ ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ କରାଯାଇପାରେ । ପ୍ରଥମ ସମ୍ବଳଟି ହେଉଛି କାର୍ଯ୍ୟ କୁଶଳତା ଏବଂ ଆଭିମୁଖ୍ୟ । ଉଚ୍ଚ ଧରଣର କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ଏବଂ ସାମାଜିକ ସମ୍ପର୍କ କୌଶଳ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ସମ୍ବଳ । ପରିବାର ହେଉ ବା କର୍ମସଂସ୍ଥା ହେଉ ବ୍ୟକ୍ତି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର କୌଶଳ ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରେ । ନୂଆ ନୂଆ ସୂଚନା ଓ ଜ୍ଞାତବ୍ୟ ବିଷୟର ସେ ଅଧିକାରୀ ହୁଏ । ପୁଣି ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର କୌଶଳ ଜ୍ଞାନ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନୁହେଁ । ଆଧୁନିକ ସମୟର ପ୍ରତ୍ୟେକ କର୍ମସଂସ୍ଥା ବ୍ୟକ୍ତିକୁ ଏକାଧିକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ଦକ୍ଷତା ବା

Digitized by srujanika@gmail.com

ତାଲିମ ଦେବାପାଇଁ ବ୍ୟବସ୍ଥା କରୁଛନ୍ତି । ସେହିପରି ପରିବାରରେ ମଧ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତି ଏକାଧିକ କାର୍ଯ୍ୟକଳାପର ଦକ୍ଷତା ଆହରଣ କରେ । କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ବ୍ୟକ୍ତିର କାର୍ଯ୍ୟକୌଶଳ ଜ୍ଞାନର ଅଭିବୃଦ୍ଧି ହୋଇ ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପରିପକ୍ୱତା ମଧ୍ୟ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

ପ୍ରଥମ ସମ୍ବଳର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ମଧ୍ୟରେ ବ୍ୟକ୍ତିର ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳର ବିଚାର କରାଯାଇପାରେ । ଜୀବନର ବିଭିନ୍ନ ଅବସ୍ଥା ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବା ବିଶେଷ ଆବଶ୍ୟକ । ଏକାକୀ ପୃଥକୀକୃତ ଜୀବନଯାପନ କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଏହାର ସୁଯୋଗ ପାଇ ନ ଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର କର୍ମସଂସ୍ଥାନ କିମ୍ବା ପରିବାରରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ସହିତ ଯୌଥ ଜୀବନଯାପନ କରିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ମଧ୍ୟରେ ସମନ୍ୱୟ କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରାଯାଏ ।

ସମନ୍ୱୟଶୀଳତାର ଅନ୍ତରାଳରେ କେତେକ ସୂକ୍ଷ୍ମ ପରିବର୍ତ୍ତନ ଘଟେ । ପ୍ରତି ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟଠାରୁ ଭିନ୍ନ – ଏହା ସମସ୍ତେ ଜାଣିଲେ ମଧ୍ୟ ପ୍ରକୃତ ଅନୁଭବ, ଅନେକଙ୍କ ପକ୍ଷରେ ଗଭୀର ହୋଇ ନ ଥାଏ । ମାତ୍ର କର୍ମଜୀବନ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ମଧ୍ୟରେ ସଂଯୋଗ ରକ୍ଷା କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଧୀରେ ଧୀରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭିନ୍ନତାର ଅନୁଭବକୁ ମୂଲ୍ୟ ଦିଅନ୍ତି । ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ପରିବେଶ ଦେଇ ଗତି କରୁଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ପରସ୍ପରଠାରୁ ପୃଥକ୍ ହୁଅନ୍ତି ଏବଂ ଅଲଗା ଅଲଗା ସାଂସ୍କୃତିକ ପରିସର ମଧ୍ୟରେ ଭିନ୍ନତା ଦେଖାଯାଏ । ଏପରି ଉପଲବ୍ଧି ଗଭୀର ହୁଏ । ଫଳରେ ଏପରି ଅନୁଭବର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅନ୍ୟକୁ ସମ୍ମାନ ଦିଅନ୍ତି ଏବଂ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ର ଓ ପରିବାରରେ ବିଶ୍ୱାସର ବାତାବରଣ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହୁଏ ।

କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର ଓ ପରିବାରର ସୁଯୋଗକୁ ଦୃଢ଼ୀଭୂତ କରୁଥିବା ଦ୍ୱିତୀୟ ପ୍ରକାର ସମ୍ବଳଟି ହେଉଛି ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ସମ୍ବଳ । ଗୋଟିଏ ଭୂମିକାରେ ଦୃଢ଼ତାର ସହିତ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ଫଳରେ 'ମୁଁ ପାରିବି'ର ବିଶ୍ୱାସ ବଳବତ୍ତର ହୁଏ । ବାଧା ଓ ପ୍ରତିବନ୍ଧକ ସତ୍ତ୍ୱେ ବ୍ୟକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟସବୁକୁ କୁଶଳତାର ସହିତ କରିପାରିବ, ଏପରି ଆତ୍ମସାମର୍ଥ୍ୟବୋଧ ଗଭୀର ହୁଏ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ସମ୍ବଳ ହେଉଛି ସକାରାତ୍ମକ ଭାବ ଓ ଆବେଗ । ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଭଲ ପାଇବାର ମନୋଭାବ ବଢ଼େ । ହସଖୁସି ଓ ଆନନ୍ଦ ପରି ଆବେଗ ସବୁ ବିକଶିତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ମିଳେ । ବ୍ୟକ୍ତି ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ଆଶାବାଦୀ ହୁଏ । ଗଠନାତ୍ମକ ମନୋବୃତ୍ତି ଫଳରେ ଶାରୀରିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ମଧ୍ୟ ଭଲ ରହିବାର ସମ୍ଭାବନା ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

ତୃତୀୟ ଧରଣର ସମ୍ବଳ ହେଉଛି ସାମାଜିକ ସମ୍ବଳ । ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ସୌହାର୍ଦ୍ଦ୍ୟ ଏବଂ ବୁଝାମଣା ବିକଶିତ ହେବାର ସମ୍ଭାବନା ରହିଥାଏ । ଅନ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ଦ୍ୱାରା ପ୍ରଭାବିତ ହେବାର ସୁଯୋଗ ମିଳିଥାଏ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଶୁଭେଚ୍ଛା ଓ ସଦିଚ୍ଛା ସାମାଜିକ ସମ୍ବଳରୂପେ ସକ୍ରିୟ ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିଥାଏ ।

କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ପରିବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଚତୁର୍ଥ ସମ୍ବଳଟି ହେଉଛି ପରିବର୍ତ୍ତନକ୍ଷମ କର୍ମସୂଚୀର କ୍ଷମତା । ଅବଶ୍ୟ କର୍ମସଂସ୍ଥା କିମ୍ବା ପରିବାର ପୁରୁଣାକାଳିଆ ଓ ନିମ୍ନମାନର

Digitized by srujanika@gmail.com

ହେଉଥିଲେ ସ୍ୱାଧୀନତାର ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ କମ୍ ହୋଇଥାଏ । ଅନ୍ୟଥା ଉନ୍ନତ କର୍ମସଂସ୍ଥା ଓ ବିକଶିତ ପରିବାରରେ ବ୍ୟକ୍ତି କେତେକ ସ୍ୱାଧୀନତାର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥାଏ । କାର୍ଯ୍ୟଟି କେତେବେଳେ କରାଯିବ ଏବଂ କେଉଁ ସ୍ଥାନରେ କରାଯିବ, ଏପରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେବାର ସ୍ୱାଧୀନତା ଥାଏ । କଠିନ ଓ ଅପରିବର୍ତ୍ତନୀୟ ନ ହୋଇ ଏପରି ନମନୀୟ କର୍ମସୂଚୀ ଗ୍ରହଣ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ କର୍ମସଂସ୍ଥା ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରେ । କର୍ମସଂସ୍ଥାରୁ ଏପରି ସମ୍ବଳର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ତାହାକୁ ପରିବାରରେ ପ୍ରୟୋଗ କରେ । ସେହିପରି ପରିବାରରୁ ଏହା ଶିକ୍ଷା କରିଥିଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏହାକୁ ପ୍ରୟୋଗ କରି କର୍ମଜୀବନକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରେ ।

ଆଲୋଚିତ ଚାରୋଟି ସମ୍ବଳ ବ୍ୟତୀତ ଆର୍ଥିକ ସମ୍ବଳ ମଧ୍ୟ ସହାୟକ ଅବସ୍ଥା ସୃଷ୍ଟି କରେ । ବ୍ୟକ୍ତି କର୍ମସଂସ୍ଥାରୁ ଲାଭ କରୁଥିବା ଆର୍ଥିକ ସମ୍ବଳ ପରିବାରର ସାଧନାରେ ବିନିଯୋଗ କରେ । ପରିବାରରେ ଥିବା ଛୋଟମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା, ବୟସ୍କମାନଙ୍କର ସେବାଯତ୍ନ ଏବଂ ଅବସର ବିନୋଦନ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ହେଉଥିବା ଅର୍ଥ ପରିବାରରୁ ସିଧାସଳଖ ଆର୍ଥିକ ସମ୍ବଳ ମିଳିବାର ସମ୍ଭାବନା ନାହିଁ ।

ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ପ୍ରଶ୍ନଟି ହେଉଛି ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ସମ୍ବଳସବୁ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ବିନିଯୁକ୍ତ ହୁଏ କିପରି ? କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନୁଭୂତ ହେଉଥିବା ସମ୍ବଳସବୁ ପାରିବାରିକ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଗତି କରେ କିପରି ? ପ୍ରତି ପରିବାରଲବ୍ଧ ସମ୍ବଳସବୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାନକୁ ପ୍ରବାହିତ ହୁଏ କିପରି ?

ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଦୁଇଟି ପ୍ରବାହମାର୍ଗର ସୂଚନା ଦେଇଛନ୍ତି । ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟରତ ପ୍ରବାହ ଏବଂ ଅନ୍ୟଟି ଭାବଗତ । କାର୍ଯ୍ୟଗତ ପ୍ରବାହର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶିକ୍ଷା କରାଯାଇଥିବା କୌଶଳଟି ସିଧାସଳଖ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଗତି କରେ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ ବ୍ୟକ୍ତି କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରର ବିକାଶ କରିଥିବା ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ପରିବାର ଦିଗକୁ ପ୍ରସାରିତ ହୁଏ । କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସର ସହିତ ଯେପରି ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରୁଥିଲା ଅନୁରୂପ ଭାବରେ ପରିବାରର ସମସ୍ୟା ସମାଧାନର କୌଶଳ ପ୍ରୟୋଗ କରେ । ସେହିପରି ପରିବାରରେ କନିଷ୍ଠମାନଙ୍କ ସହିତ ନମନୀୟତା ସହିତ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟା ଶିକ୍ଷା କରିଥାଏ । ଏପରି କୌଶଳ କର୍ମସଂସ୍ଥାକୁ ପ୍ରସାରିତ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତି ନିଜର ଅଧସ୍ତନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ଉପଯୋଗୀ ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷାରେ ସାମର୍ଥ୍ୟ ହାସଲ କରେ ।

ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରର ସମ୍ବଳ ଓ ସୁପ୍ରଭାବ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ପ୍ରସାରିତ ହେବାପାଇଁ ଦ୍ୱିତୀୟ ମାର୍ଗଟି ହେଉଛି ମୁଖ୍ୟତଃ ଭାବପ୍ରଧାନ । ସମ୍ବଳର ଉପଲବ୍ଧି ବ୍ୟକ୍ତି ମନରେ ହସଖୁସି ଓ ପ୍ରେରଣା ଯୋଗାଏ । ଏପରି ସକାରାତ୍ମକ ଆବେଗର ଅଧିକାରୀ ହେବା ଫଳରେ ଅଧିକ ମାନସିକ ଶକ୍ତି ଲାଭ କରେ । ମାନସିକ ଅଭିପ୍ରେରଣା ଫଳରେ ସେ ସକ୍ରିୟ ଥିବା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସମ୍ବଳର ଅଙ୍କୁରଣ ଓ ବିକାଶ ଘଟାଇପାରେ । କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଲାଭ

Digitized by srujanika@gmail.com

କରୁଥିବା ଆନନ୍ଦାନୁଭୂତି ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ସମ୍ବଳ ସଞ୍ଚାରଣ ଓ ବିସ୍ତାରରେ ସହାୟକ ହୁଏ । ସେହିପରି ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେଉଥିବା ଆନନ୍ଦାନୁଭୂତି କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ସମ୍ବଳ ସୃଷ୍ଟିରେ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ । ସକାରାତ୍ମକ ଭାବ ଓ ଆବେଗର ସ୍ରୋତ ଦେଇ ଏସବୁ ସମ୍ବଳ ଗୋଟିଏ କ୍ଷେତ୍ରରୁ ଅନ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ରକୁ ଗତି କରେ ।

ଆଲୋଚନାରୁ ବୁଝିବାକୁ ହେବ ନାହିଁ ଯେ କର୍ମଜୀବନ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ମଧ୍ୟରେ ଆଦୌ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ନାହିଁ । ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ଅବଶ୍ୟ ଦୁଇ ଭୂମିକା ମଧ୍ୟରେ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଓ ବିରୋଧ ରହିଥାଏ । କିନ୍ତୁ ଦୁଇଟି ଭୂମିକା ମଧ୍ୟରେ ସଂଯୋଗ ସ୍ଥାପନ କରି ସୁଚିନ୍ତିତ ଉପାୟରେ ସମ୍ବଳ ସବୁର ଉପଯୋଗ କରିପାରିଲେ ଦୁଇଟି ଭୂମିକା ନିର୍ବାହ ଶକ୍ତି ସାମର୍ଥ୍ୟକୁ ବିଖଣ୍ଡିତ ନ କରି ବିଶେଷ ପୂର୍ଣ୍ଣ କରିଥାଏ । ସାଧାରଣତଃ ଦୁର୍ବଳମନା ଲୋକମାନେ ଜୀବନର ଦୁଇଟି ବୃହତ୍ତର ଭୂମିକା (କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ପରିବାର) ମଧ୍ୟରେ ବିରୋଧାଭାସ ଆଶଙ୍କା କରି ଗୋଟିଏ ଭୂମିକା ପ୍ରତି ଆନୁଗତ୍ୟ ରକ୍ଷା କରି ଅନ୍ୟଟିକୁ ଏକରକମ ଅବହେଳା କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଆଲୋଚିତ ବିଚାର ଅନୁଯାୟୀ ଏ ଦୁଇଟି ମଧ୍ୟରେ ସଂଗତି ଖୁବ୍ ସମ୍ଭବପର । ସୁତରାଂ ସଂଗତି ରକ୍ଷା କରି ଜୀବନରେ ଶାନ୍ତି ଓ ସନ୍ତୋଷ ସୃଷ୍ଟି କରିବା ବିଜ୍ଞାନର ପରିଚାୟକ ହେବ ।

କାର୍ଯ୍ୟ ପରିବାର ସଂଗତି ଅସଂଗତି ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ

ମହାଶୟା,

କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ପରିବାର ଜୀବନର ଦୁଇଟି ମୁଖ୍ୟ କ୍ଷେତ୍ର । ଏ ଦୁଇଟି ପରିବେଶ ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନର କେତେକ ସଂଗତି ଅସଂଗତି ସୃଷ୍ଟି କରେ, ତାହା ଜାଣିବାପାଇଁ ଆପଣ ନିଶ୍ଚୟ ଆଗ୍ରହୀ ଥିବେ । ଏହା ଆକଳନ ପାଇଁ ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ବାକ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । ଦୟାକରି ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ବାକ୍ୟ ପଢ଼ନ୍ତୁ । ନିମ୍ନଲିଖିତ ସୂଚନା ଅନୁଯାୟୀ ନିଜର ମତାମତ ଟିପିରଖନ୍ତୁ । ଶେଷରେ ଏହାର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯିବ ।

ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଅମତ ହେଲେ '୦' ଲେଖନ୍ତୁ
ଅମତ ହେଲେ '୧' ଲେଖନ୍ତୁ
ଅମତ କି ଏକମତ ସ୍ଥିର କରି ନ ପାରିଲେ '୨' ଲେଖନ୍ତୁ
ଏକମତ ହେଲେ '୩' ଲେଖନ୍ତୁ
ସମ୍ପୂର୍ଣ୍ଣ ଏକମତ ହେଲେ '୪' ଲେଖନ୍ତୁ

୧. କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ପରିବାରରେ ଯେତିକି ସମୟ ଦେଲେ ମୋତେ ଖୁସି ଲାଗିବ, ମୁଁ ସେତିକି ସମୟ ଦେଇପାରେ ନାହିଁ ।

୨. କର୍ମସଂସ୍ଥାର ଦାୟିତ୍ୱ ଯୋଗୁଁ କେତେକ ପାରିବାରିକ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ରମରେ ମୁଁ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୩. କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ସମୟ ଦେବା ଫଳରେ ପାରିବାରିକ କାର୍ଯ୍ୟ ଓ ଦାୟିତ୍ୱରେ ମୋର ଅବହେଳା ହୁଏ ।

୪. କର୍ମସଂସ୍ଥାରୁ ଫେରି ଘରେ ପହଞ୍ଚିଲେ ମୁଁ ଏତେ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇଯାଇଥାଏ ଯେ, ଘରକାମରେ ଅଂଶ ନେବା ସମ୍ଭବ ହୁଏ ନାହିଁ ।

୫. କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟଚାପ ଯୋଗୁଁ ବେଳେବେଳେ ମୁଁ ଏତେ କ୍ଳାନ୍ତ ଯେ ମୁଁ ଆନନ୍ଦ ପାଉଥିବା କାର୍ଯ୍ୟସବୁ ପରିବାରରେ କରିପାରେ ନାହିଁ ।

୬. କର୍ମସଂସ୍ଥାନରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ମୋର ସ୍ୱାଭାବିକ ଭାବାବେଗ ଶ୍ରାନ୍ତକ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼ିଥିବାରୁ ଘରେ ଠିକ୍‌ଭାବେ ମଜା କରିହୁଏ ନାହିଁ ।

୭. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନରେ ଯେଉଁସବୁ କୌଶଳ ମୁଁ ପ୍ରୟୋଗ କରେ, ସେସବୁ ଘରେ କାମ ଦେଇ ଥାଏ ।

୮. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ମୋ ପାଇଁ ଆବଶ୍ୟକ ଓ ଉପଯୋଗୀ ହେଉଥିବା ଆଚରଣ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଅର୍ଥହୀନ ।

୯. କୁଶଳୀ କର୍ମଚାରୀ ହେବାପାଇଁ ଯେଉଁସବୁ ବ୍ୟବହାର ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ, ସଫଳ ମାତା କିମ୍ବା ପତ୍ନୀ କିମ୍ବା କନ୍ୟା ହେବା ପାଇଁ ସାହାଯ୍ୟ କରି ନ ଥାଏ ।

୧୦. ପାରିବାରିକ ଦାୟିତ୍ୱସମ୍ପନ ପାଇଁ ବିନିଯୁକ୍ତ ହେଉଥିବା ସମୟ କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟ ସମ୍ପାଦନକୁ ବ୍ୟାହତ କରିଥାଏ ।

୧୧. ପରିବାରରେ ନିହାତି କିଛି ସମୟ ଦେବାକୁ ପଡୁଥିବାରୁ କର୍ମସଂସ୍ଥାର କେତେକ କାର୍ଯ୍ୟରେ ମୁଁ ଅନୁପସ୍ଥିତ ରହିଯାଏ ।

୧୨. ଘରେ ସମୟ ଦେବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି କେତେକ ବୃତ୍ତିଗତ ବା ପେସାଗତ ସୁବିଧା ସୁଯୋଗକୁ ପାସୋରିଯିବା ।

୧୩. ମୁଁ ଘର କାମରେ ଏତେ କ୍ଳାନ୍ତ ହୋଇପଡ଼େ ଯେ କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ମନୋନିବେଶ କରିବା କଷ୍ଟକର ହୁଏ ।

୧୪. ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଉଦ୍‌ବେଗ ଓ ମାନସିକ ଚାପ ବହୁତ ସମୟରେ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ମୋର କାର୍ଯ୍ୟଦକ୍ଷତା ହ୍ରାସ କରିଥାଏ ।

୧୫. ପରିବାରର ମାନସିକ ଚାପ ଯୋଗୁଁ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ଚାପଗ୍ରସ୍ତ ରହିଥାଏ ।

୧୬. ଯେଉଁ ଶୈଳୀରେ ମୁଁ ଘରେ ସମସ୍ୟା ସମାଧାନ କରେ ସେପରି ଶୈଳୀ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇନ ଥାଏ ।

୧୭. ପରିବାରରେ ମୁଁ ଦର୍ଶାଉଥିବା ଆଚରଣ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସହାୟକ ହୋଇନଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୮. ଘରେ ଆବଶ୍ୟକ ଓ ଉପଯୋଗୀ ହେଉଥିବା ମୋର ବ୍ୟବହାରସବୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜାଇଥାଏ ।

୧୯. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଭଲ ମିଜାଜ ନେଇ ଘରକୁ ଗଲେ ପରିବାରରେ ମୋର ସବୁ କାମ ସୁରୁଖୁରୁରେ ହୋଇଯାଏ ।

୨୦. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ବହୁତ ଲୋକଙ୍କର ମନୋବୃତ୍ତି ସହିତ ଖାପ ଖୁଆଇବାର କୌଶଳ ପରିବାରର ବିଭିନ୍ନ ସଦସ୍ୟଙ୍କ ସହିତ ଭଲ ରୂପେ ମିଶିବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରେ ।

୨୧. କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ମୋର କାର୍ଯ୍ୟ ମୋତେ ଖୁସି ରଖେ । ଏଠି ଏପରି ଖୁସି ପରିବାରର ଭଲ ଅଂଶୀଦାର ହେବାରେ ମୋର ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

୨୨. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର କୃତିତ୍ୱ ଓ ସଫଳତାର ଯେଉଁ ସ୍ୱାଦ ପାଏ, ତାହା ମୋର ପାରିବାରିକ ଜୀବନକୁ ସମୃଦ୍ଧ କରେ ।

୨୩. କାର୍ଯ୍ୟସଂସ୍ଥାରେ କାମ କଲାବେଳେ ମୁଁ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ରହେ ଏବଂ ଏପରି ମନୋଭାବ ମୋତେ ଭଲ ଧରଣର ପରିବାର ସଦସ୍ୟ କରିଥାଏ ।

୨୪. ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଭାବରେ ମୁଁ କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ଅନୁଭବ କରୁଥିବାରୁ ପରିବାରରେ ମଧ୍ୟ ମୁଁ ସକ୍ରିୟ ଅନୁଭବ କରେ ।

୨୫. କର୍ମସଂସ୍ଥା କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ମୁଁ କେତେକ ଜ୍ଞାନ ଓ ସୂଚନାର ଅଧିକାରୀ ହୁଏ ଏବଂ ଏପରି ସବୁ ଜ୍ଞାନ ପରିବାରରେ ମଧ କାମ ଦେଇଥାଏ ।

୨୬. କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ସଫଳତା ଅନୁଭବ କରୁଥିବାରୁ ପରିବାରରେ କ୍ରିୟାକଳାପ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶାଳୀ ହୁଏ ।

୨୭. କାର୍ଯ୍ୟସଂସ୍ଥାରେ ମୁଁ ଯେଉଁସବୁ କୌଶଳ ଆହରଣ କରେ ଘରେ ବିଭିନ୍ନ ପରିସ୍ଥିତିର ମୁକାବିଲା ବେଳେ ତାହାର ସଫଳ ପ୍ରୟୋଗ କରିପାରେ ।

୨୮. ପରିବାରରେ ବିଭିନ୍ନ ଲୋକମାନଙ୍କର ମନୋଭାବ ସହିତ ଖାପ ଖୁଆଇବାରେ ମୋର ଉଦ୍ୟମ କର୍ମସଂସ୍ଥାର ବିଭିନ୍ନ କର୍ମଚାରୀମାନଙ୍କ ସହିତ ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷାରେ ସହାୟକ ହୁଏ ।

୨୯. ପରିବାରରେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାର ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀ ମଧ୍ୟରେ ସମୟକୁ ବାଣ୍ଟିବାର ଯେଉଁ କୌଶଳ ଶିଖିଛି, କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟରେ ଯଥାଯଥ ସମୟ ବିନିଯୋଗର ଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିପାରିଛି ।

୩୦. ପରିବାରର ଭଲ ମିଜାଜ ନେଇ କାମକୁ ଗଲେ କାମ ଭଲ ହୁଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୩୧. ନୂଆ ନୂଆ ଜିନିଷ ଜାଣିବା ପାଇଁ ପରିବାର ମୋତେ ଯେଉଁ ସୁଯୋଗ ଦିଏ ସେପରି ଜ୍ଞାନ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ଉପଯୋଗୀ ହୋଇଥାଏ ।
୩୨. ପରିବାରରେ ମୁଁ ପରିପୂର୍ଣ୍ଣତା ଅନୁଭବ କରୁଥିବାରୁ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ର ସକ୍ରିୟତାର ଅନୁଭବ ପାଏ ।
୩୩. ପରିବାରରେ ମୁଁ କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ଆହରଣ କଲେ କାର୍ଯ୍ୟକ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ କର୍ମଦକ୍ଷତା ହାସଲ କରିବି ।
୩୪. ପରିବାରର କାର୍ଯ୍ୟ କରି ମୁଁ ଖୁସି ହୁଏ ଏବଂ ଏହା ମୋତେ ଭଲ କର୍ମଚାରୀ ହେବାରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।
୩୫. ପରିବାରର କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ସମୟର ଅପବ୍ୟବହାର ଡେଇଁଯିବାର କୌଶଳ ଶିକ୍ଷା କରେ ଏବଂ ଏହା ମୋତେ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥାଏ ।
୩୬. ପରିବାରର ଲୋକମାନଙ୍କ ସହିତ ସମ୍ପର୍କ ମୋତେ ପ୍ରଫୁଲ୍ଲିତ ରଖେ ଏବଂ କର୍ମକ୍ଷେତ୍ରରେ ଭଲ ରୂପେ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବାରେ ଏହା ସହାୟକ ହୁଏ ।

ଆପଣଙ୍କ ଲବ୍‌ଧ-ଫଳାଙ୍କର ବ୍ୟାଖ୍ୟା

ଆପଣ ଚିହ୍ନିତ କରିଥିବା ନମ୍ବରକୁ ନିମ୍ନୋକ୍ତମତେ ମତେ ଯୋଗ କରନ୍ତୁ ।

ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀର କ୍ରମିକ ନମ୍ବର

୧,୨,୩ (କ) କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରସୂତ ପାରିବାରିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ସମୟଭିତ୍ତିକ)

୪,୫,୬ (ଖ) କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରସୂତ ପାରିବାରିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ମାନସିକ ଚାପଭିତ୍ତିକ)

୭,୮,୯ (ଗ) କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରସୂତ ପାରିବାରିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ବ୍ୟବହାରଭିତ୍ତିକ)

୧୦,୧୧,୧୨ (ଚ) ପରିବାରପ୍ରସୂତ କାର୍ଯ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ସମୟଭିତ୍ତିକ)

୧୩,୧୪,୧୫ (ଛ) ପରିବାରପ୍ରସୂତ କାର୍ଯ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ମାନସିକ ଚାପଭିତ୍ତିକ)

୧୬,୧୭,୧୮ (ଜ) ପରିବାରପ୍ରସୂତ କାର୍ଯ୍ୟ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ (ବ୍ୟବହାରଭିତ୍ତିକ)

କ,ଖ,ଗ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକଟିର ଯୋଗଫଳ '୦'ରୁ '୧୨' ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ପ୍ରତ୍ୟେକଟି କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରସୂତ ଉପାଦାନ ପାରିବାରିକ ସମନ୍ୱୟକୁ ବ୍ୟାହତ କରିବାର ସୂଚନା ଦେଇଥାଏ । ପ୍ରତ୍ୟେକଟିର ଯୋଗଫଳ ୩ କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ କମ୍ ରହିଲେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ମାତ୍ରା ଖୁବ୍ କମ୍, ୪ ରୁ ୬ ମଧ୍ୟରେ ରହିଲେ ମଧ୍ୟମ ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ୭ରୁ ୯ ମଧ୍ୟରେ ବେଶି ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ' ଏବଂ ୧୦ ରୁ ୧୨ ମଧ୍ୟରେ ରହିଲେ ଖୁବ୍ ବେଶି ମାତ୍ରାରେ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ବୋଲି ବୁଝିବାକୁ ହେବ । ପୁନଶ୍ଚ କ, ଖ, ଗର ଯୋଗଦାନକୁ ମିଶାଇ ସାମଗ୍ରିକ

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିପର୍ଯ୍ୟୟର ମାତ୍ରା ସ୍ଥିର କରାଯାଇପାରେ । ଏହା ମଧ୍ୟ କାର୍ଯ୍ୟପ୍ରସୂତ ପାରିବାରିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ । ଏପରି ସାମଗ୍ରିକ ଯୋଗଫଳ '୦'ରୁ ୩୬ ମଧ୍ୟରେ ରହିବ ।

'୦' ରୁ ୯ - ଖୁବ୍ କମ୍ ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ

୧୦ ରୁ ୧୮ - ମଧ୍ୟମ ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ

୧୯ ରୁ ୨୭ - ବେଶି ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ

୨୮ ରୁ ୩୬ - ଖୁବ୍ ବେଶି ମାତ୍ରାର ବିପର୍ଯ୍ୟୟ

ଅନୁରୂପ ଭାବରେ 'ଚ' 'ଛ', 'ଜ'ର ମିଶାଣଫଳକୁ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ କରି ଏବଂ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବରେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରାଯାଇପାରେ । ମନେ ରଖିବାକୁ ହେବ ଯେ ଏସବୁ ପରିବାର ପ୍ରସୂତ କାର୍ଯ୍ୟଗତ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ । ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ଭାବରେ (ସମୟଭିତ୍ତିକ, ମାନସିକ ରୂପଭିତ୍ତିକ ଏ ବ୍ୟବହାରଭିତ୍ତିକ) ଏବଂ ସାମଗ୍ରିକ ଭାବର କରାଯାଇପାରେ ।

ବର୍ତ୍ତମାନ ଖରାପ ପରିଣତି ପରିବର୍ତ୍ତେ ଭଲ ପରିଣତି ବା ସକାରାତ୍ମକ ପ୍ରଭାବର ମାତ୍ରା ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରାଯାଇପାରେ ।

କାର୍ଯ୍ୟଗତ ଅନୁଭବରୁ ପାରିବାରିକ ଜୀବନର ସମୃଦ୍ଧି କରଣ ।

୧୯ ରୁ ୨୭ କ୍ରମିକ ସଂଖ୍ୟାର ବାକ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଆପଣ ସୂଚିତ କରିଥିବା ପିଲାଙ୍କୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ଯୋଗଫଳ '୦'ରୁ '୩୬' ମଧ୍ୟରେ ରହିବ ।

ସେହିପରି ଭାବରେ ପାରିବାରିକ ଅନୁଭୂତିରୁ ସଂସ୍ଥାରେ କାର୍ଯ୍ୟଗତ ଜୀବନର ସମୃଦ୍ଧିକରଣର ମାତ୍ରା ଜାଣିବା ପାଇଁ ୨୮ ରୁ ୩୬ ନମ୍ବର କ୍ରମିକ ସଂଖ୍ୟାର ବାକ୍ୟ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ସୂଚିତ କରିଥିବା ପିଲାଙ୍କୁ ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହା ମଧ୍ୟ '୦' ରୁ '୩୬' ମଧ୍ୟରେ ରହିବ ।

କର୍ମସଂସ୍ଥାର କାର୍ଯ୍ୟସୃଷ୍ଟ ପାରିବାରିକ ସମୃଦ୍ଧି ହେଉ କିମ୍ବା ପରିବାର ସୃଷ୍ଟ କାର୍ଯ୍ୟଗତ ସୁପ୍ରଭାବ ହେଉ ଆପଣଙ୍କ ଯୋଗଫଳ ନିମ୍ନମତେ ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିପାରନ୍ତି ।

'୦' ରୁ '୯' ସୁପ୍ରଭାବର ମାତ୍ରା କମ୍

୧୦ ରୁ ୧୮ ମଧ୍ୟମ ମାତ୍ରାର ସୁପ୍ରଭାବ

୧୯ ରୁ ୨୭ ବେଶି ମାତ୍ରାର ସୁପ୍ରଭାବ

୨୮ ରୁ ୩୬ ଖୁବ୍ ବେଶି ମାତ୍ରାର ସୁପ୍ରଭାବ ।

•

Digitized by srujanika@gmail.com

ସଂପ୍ରୀତିର ସୂଚକ

ପ୍ରତିଦିନ ଘରୁ ବାହାରିବା ମାତ୍ରେ ଆମର ବହୁ ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ସାକ୍ଷାତ୍ ହୁଏ । ମନ୍ଦିରରେ, ସ୍କୁଲ କଲେଜରେ, ରାସ୍ତାଘାଟରେ, ଦୋକାନବଜାରରେ ଏବଂ ଫୋନ୍ ମାଧ୍ୟମରେ ବହୁ ଲୋକଙ୍କ ସହିତ ସଂଯୋଗ ଘଟେ । କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ବହୁ କର୍ମଚାରୀଙ୍କ ସହିତ ଆଳାପ ହୁଏ । ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନର ପରିଚାଳନା ପାଇଁ ଏସବୁ ସାକ୍ଷାତ୍ ଏସବୁ ସଂଯୋଗ ଆବଶ୍ୟକ । ଆମ ଜୀବନରେ ଏପରି ଯୋଗାଯୋଗର ଆବଶ୍ୟକତା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଆଉ ଏକ ସ୍ତରରେ ମାମୁଲି ସମ୍ପର୍କର ପରିଧି ଅତିକ୍ରମ କରି ସଂପ୍ରୀତି ଗଭୀର ହୁଏ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ବନ୍ଧୁ, ରୋମାଣ୍ଟିକ୍ ପାର୍ଟନର ଏବଂ ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରେ ଗଢ଼ି ଉଠୁଥିବା ନିବିଡ଼ ସଂପ୍ରୀତି ମାନସିକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟକୁ ବିଶେଷଭାବେ ପ୍ରଭାବିତ କରେ ।

ବିଭିନ୍ନ ଉପାୟରେ ମାମୁଲି ପରିଚିତିଠାରୁ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କକୁ ପୃଥକ୍ କରାଯାଇପାରେ । ଦୈନନ୍ଦିନ ପରିଭାଷାରେ ଅନେକ ଲୋକ ନିବିଡ଼ ବା ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ପର୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେବଳ ଯୌନ ଆକର୍ଷଣକୁ ବୁଝିଥାନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏହା ଠିକ୍ ନୁହେଁ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ସମ୍ପର୍କରେ ପାରସ୍ପରିକ ବୁଝାମଣା, ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କ ଏବଂ ନିବିଡ଼ ଏକାତ୍ମକତା ରହିଥାଏ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ଶବ୍ଦଟି ପ୍ରେମିକ ପ୍ରେମିକା କ୍ଷେତ୍ରରେ ଯେପରି ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ, ଗଭୀର ବନ୍ଧୁତ୍ୱ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ ସେପରି ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ । ତେବେ ବିଜ୍ଞାନସମ୍ମତ ଦୃଷ୍ଟିକୋଣରୁ ବିଚାର କଲେ ଗଭୀର ସଂପ୍ରୀତିର ଛ'ଟି ସୂଚକ ଚିହ୍ନିତ କରାଯାଇପାରେ ।

ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ପ୍ରଥମ ସୂଚକ ହେଉଛି ପରସ୍ପର ବିଷୟରେ ଜ୍ଞାନ । ସଂପ୍ରୀତି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ଯେଉଁ ବ୍ୟକ୍ତିର ଯେତେ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଆମେ ସେ ବ୍ୟକ୍ତି ବିଷୟରେ ସେତେ ବେଶି କଥା ଜାଣିଥାଉ । ଆମର ଭଲ ପାଇବା ଆମର ଆତ୍ମ-ଅଭିବ୍ୟକ୍ତିକୁ (Self-Disclosure) ତ୍ୱରାନ୍ୱିତ କରେ । ଆମର ପ୍ରିୟ ଲୋକ ପାଖରେ ନିଜକୁ ଖୋଲି ଦେବାର ପ୍ରବଣତା ଜନ୍ମେ । ଆମର ଅଳ୍ପ-ପରିଚିତ ଲୋକ ପାଖରେ ଆମେ ନିଜ ବିଷୟରେ ଅଳ୍ପ କଥା କହିଥାଉ । ମାତ୍ର ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ପରିଚିତ ହେବା ପରେ ନିଜର ଗୋପନୀୟ କଥା ମଧ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରୁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଆମେ ପ୍ରିୟଜନ ପାଖରେ ନିଜ ବିଷୟରେ ଅଧିକ କହିବା ଫଳରେ ଶ୍ରୋତା ମଧ୍ୟ ଅନୁରୂପ ପ୍ରବଣତା ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ସେ ଆମର ପାଖେଇ ଆସନ୍ତି ଏବଂ ନିଜ ବିଷୟରେ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ କଥା କହନ୍ତି । ଆମ-ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଏକପ୍ରକାର ବୃତ୍ତାୟିତ ମାନସିକତା ଗଠନ କରେ । ଆପଣ ନିଜର ପ୍ରିୟଜନର କଥା ଚିନ୍ତା କରିପାରନ୍ତି । ଆପଣ ହୁଏତ ପ୍ରଥମ ସାକ୍ଷାତ୍ ସମୟରେ ତାଙ୍କୁ କେବଳ ନିଜର ନାମ ଗ୍ରାମ କହିଥିବେ । ତାଙ୍କର ନାମ ଗ୍ରାମ ପଚାରିଥିବେ । ମାତ୍ର ସମ୍ପର୍କ ଧୀରେ ଧୀରେ ଗଭୀର ହେବାରୁ ପ୍ରଶ୍ନସବୁର ପରିସୀମା ମଧ୍ୟ ବିସ୍ତୃତ ହେବାକୁ ଲାଗେ । ଦୁହେଁ ପରସ୍ପରକୁ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ କଥା ଜିଜ୍ଞାସା କରିବାକୁ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଅନୁଭବ କରି ନ ଥାନ୍ତି ।

ଆମେ ନିଜକୁ ଯେପରି ଜାଣୁ ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ଆମକୁ ସେପରି ଜାଣନ୍ତି । ସେଥିପାଇଁ ଦୁଇ ବନ୍ଧୁ କିମ୍ବା ପ୍ରେମିକ ପ୍ରେମିକା କିମ୍ବା ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ସମ୍ପର୍କର ଗଭୀରତା ଆକଳନ ପାଇଁ ଜଣଙ୍କୁ ଅନ୍ୟ ଜଣର ପ୍ରିୟ ଖାଦ୍ୟ, ପସନ୍ଦର ପୋଷାକ, ରୁଚିର ଖେଳ ଇତ୍ୟାଦି ସମ୍ପର୍କରେ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚରାଯାଇଥାଏ । ସେ କ'ଣ ଖାଇବାକୁ ବେଶି ଭଲ ପାଆନ୍ତି ? କେଉଁପରି ପୋଷାକ ତାଙ୍କୁ ଭଲ ଲାଗେ ? ସେ ଅବସର ସମୟ କିପରି କଟାନ୍ତି ? କେଉଁପରି ସ୍ଥାନସବୁକୁ ବୁଲିଯିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ? କେଉଁ ପ୍ରକାର ବହି ପଢ଼ିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି ? ଦୁହିଁଙ୍କର ଉତ୍ତରର ମେଳ ଦେଖି ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଆକଳନ କରାଯାଇପାରେ ।

ଅବଶ୍ୟ ସମ୍ପର୍କର ଗଭୀରତା ଦୃଢ଼ ପ୍ରତିଷ୍ଠିତ ହେବା ପରେ ଜଣଙ୍କର ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ସମପରିମାଣରେ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Disclosure) ସୃଷ୍ଟି ନ କରିପାରେ । ଧରାଯାଉ ପତି ନିଜର କର୍ମସଂସ୍ଥାରେ ଏକ ଅପ୍ରୀତିକର ଘଟଣାର ଶରବ୍ୟ ହୋଇ ଘରକୁ ଫେରିଛନ୍ତି । ଏପରି ସ୍ଥଳେ ସେ ନିଜର ମନର ବୋଝକୁ ହାଲୁକା କରିବା ପାଇଁ ପତ୍ନୀଙ୍କ ପାଖରେ ଅନେକ କଥା କହିଯିବେ । ପ୍ରିୟଜନ କେବଳ ଶୁଣିବେ, ସେହି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ କହିବା ବା ପ୍ରତ୍ୟୁତ୍ତର ଦେବାର ଆବଶ୍ୟକତା ନାହିଁ । ଏଠାରେ କେବଳ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ଶ୍ରବଣ ହିଁ ସଂପ୍ରୀତିକୁ ଗଭୀର କରିବ ।

ସଂପ୍ରୀତିର ଦ୍ୱିତୀୟ ସୂଚକ ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକ ବିଶ୍ୱାସ (Trust) । ବିଶ୍ୱାସ କରିବାର ଅର୍ଥ ହେଉଛି ଯେ ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ଆମର ବକ୍ତବ୍ୟକୁ ଗୋପନୀୟ ରଖିବେ ଏବଂ ଆମର କ୍ଷତି କଲାଭଳି କୌଣସି କାର୍ଯ୍ୟ କରିବେ ନାହିଁ । ଅନେକ ସମୟରେ ଆମେ କେତେକ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଓ ଗୋପନୀୟ କଥା ପ୍ରକାଶ କରିବା ସମୟରେ ନିଜ ପ୍ରତି ବିପଦର ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି କରିଥାଉ । କିନ୍ତୁ ହୃଦୟରେ ବିଶ୍ୱାସ ରଖି ଏ କଥା ପ୍ରକାଶ କରୁ ଯେ ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ଏହାର ଅପବ୍ୟବହାର କରିବେ ନାହିଁ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିଶ୍ୱାସର ପ୍ରତାରଣା ସମ୍ପର୍କର ଅନ୍ତରାୟ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ବିଶ୍ୱାସ ଯେତେ ବେଶି ଘନୀଭୂତ ହୁଏ, ନିଜକୁ ମୁକ୍ତ ଭାବରେ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ମାନସିକତା ସେତେ ବେଶି ବୃଦ୍ଧି ପାଏ । ଆମେ ବିଶ୍ୱାସ କରୁ ନ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖରେ କମ୍ କଥା କହିଥାଉ ।

ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ତୃତୀୟ ସୂଚକଟି ହେଉଛି ଯତ୍ନ ଓ ଧ୍ୟାନଶୀଳତା । ଆମେ ଆମର ପ୍ରିୟଜନର ଭାବ ଓ ଆବେଗ ପ୍ରତି ଅଧିକ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହୋଇଥାଉ ଏବଂ ତାଙ୍କର ଯତ୍ନ ନେଇଥାଉ । ମାମୁଲି ପରିଚୟ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ହୁଏତ ପଚାରୁ – ''କେମିତି ଅଛନ୍ତି ?'' ସେ ହୁଏତ କୁହନ୍ତି – ''ଭଲ ଅଛି'' କିମ୍ବା ''ମୋଟାମୋଟି ଭଲ'' । ଏପରି ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତରର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ଯୋଗାଯୋଗ ସୀମାବଦ୍ଧ ରୁହେ । ମାତ୍ର ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ରହିଥିଲେ ଏହିଠାରେ ଯୋଗାଯୋଗ ସରିଯାଏ ନାହିଁ । ଆମ୍ଭେ ଜାଣିବାକୁ ଇଚ୍ଛା କରୁ ପ୍ରକୃତରେ ସେ କେମିତି ଅଛନ୍ତି ? ସାମାନ୍ୟତମ ଅସୁବିଧା ଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଅସୁବିଧାର କାରଣ ଜିଜ୍ଞାସା କରୁ । ଆମେ କ'ଣ ପାରିବୁ ତାହା ପ୍ରଶ୍ନ କରୁ । ଛୋଟ ଛୋଟ ତ୍ୟାଗ ଏପରିକି ବଡ଼ଧରଣର ତ୍ୟାଗ ପାଇଁ ଆମର ମାନସିକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ରହିଥାଏ ।

କେବଳ ଅଭିନନ୍ଦନର ବାର୍ତ୍ତା ମଧ୍ୟରେ ଯତ୍ନଶୀଳତା ସୀମିତ ନୁହେଁ । ଜନ୍ମ ଦିନରେ ପ୍ରୀତି ଉପହାର ଦେବାର ପରମ୍ପରା ମଧ୍ୟରେ ଏହା ଯେପରି ପ୍ରତିଫଳିତ, ରୋଗ ଓ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ସମୟରେ ସେବା କ୍ଷେତ୍ରର କାର୍ଯ୍ୟ ମଧ୍ୟରେ ଏହା ଅଧିକ ପ୍ରତିବିମ୍ବିତ । ଏକାଠି ମିଳିମିଶି ଉତ୍ସବ ସବୁର ଆୟୋଜନ କରିବା, ନିୟମିତ ଭାବରେ ପରସ୍ପରର ଭଲମନ୍ଦ ବୁଝିବା ଏବଂ ଦୁର୍ଦ୍ଦିନ ସମୟରେ ପାଖରେ ଠିଆ ହେବାର ମନୋବୃତ୍ତି ଏହି ମାନସିକତାର ସୂଚକ ।

ସଂପ୍ରୀତିର ଚତୁର୍ଥ ସୂଚକଟି ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପୃକ୍ତି ବା ପରସ୍ପର ଉପରେ ନିର୍ଭରଶୀଳତା । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ବୃଦ୍ଧି ପାଇବା ପରେ ଦୁହିଁଙ୍କର ଜୀବନ ଏକାଠି ଯୋଡ଼ି ହୋଇଯାଏ । ଜଣକର କଥା, ଭାବନା ଓ କାର୍ଯ୍ୟ ଅନ୍ୟର କଥା ଭାବନା ଓ କାର୍ଯ୍ୟକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ । ନିଷ୍ପତ୍ତି ଗ୍ରହଣ ସମୟରେ ସେମାନେ ପରସ୍ପରର ପରାମର୍ଶ ଲୋଡ଼ନ୍ତି । ଘରେ କମ୍ପ୍ୟୁଟରଟି ଖରାପ ହୋଇଗଲେ ହୁଏତ ବାହାରର ବିଶେଷଜ୍ଞଙ୍କ ପରାମର୍ଶ ଲୋଡ଼ା ହୋଇଥାଏ । ମାତ୍ର ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଦୁହେଁ ଏକତ୍ର ମିଳିମିଶି ଆଲୋଚନା କରି ନିଷ୍ପତ୍ତି ନିଅନ୍ତି ।

ବିଶେଷତଃ ଭାବ ଓ ଆବେଗକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରୁଥିବା ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିଲେ ଦୁହେଁ ଏକଜୁଟ ହୋଇ ଆଲୋଚନା କରନ୍ତି । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ପିଲାମାନଙ୍କୁ କିପରି ସ୍କୁଲ କଲେଜରେ ଭର୍ତ୍ତି କରାଯିବ, ସେମାନଙ୍କର ଭଲ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ କିପରି ବ୍ୟବସ୍ଥା କରାଯିବ ଏବଂ ପିଲାମାନଙ୍କର ମନୋରଞ୍ଜନ ପାଇଁ କ'ଣ କରାଯିବ – ଏପରି ସବୁ ନିଷ୍ପତ୍ତି ପିତାମାତା ଏକତ୍ର ନିଅନ୍ତି । ଏପରି ବିଚାରଶୈଳୀ ସେମାନଙ୍କର ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ସୂଚନା ଦେଇଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କର ଅନ୍ୟତମ (ପଞ୍ଚମ) ସୂଚକ ହେଉଛି ଏକାତ୍ମକତା । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ବନ୍ଧନରେ ବାନ୍ଧି ହୋଇଥିବା ଦୁଇଜଣ ବ୍ୟକ୍ତିଙ୍କର କଥନ ଶୈଳୀକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ ସେମାନେ ଧୀରେ ଧୀରେ ମୁଁ ଶବ୍ଦଟି ପରିହାର କରି 'ଆମେ' ଶବ୍ଦଟି ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହାର କରୁଛନ୍ତି । ଆମେ ବୁଲି ଯାଇଥିଲୁ, ଆମେ ଏପରି ଠିକ୍ କରିଛୁ । ଆମେ ଭାବୁଛୁ ଯେ ଏପରି କଲେ ଠିକ୍ ହେବ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ଦୁଇଜଣ ପ୍ରାୟତଃ ଏପରି ବହୁବଚନ (ଆମେ, ଆମକୁ, ଆମର) ଶବ୍ଦାବଳୀ ବ୍ୟବହାର କରନ୍ତି ।

ଭାବ ଓ ଆବେଗ ସ୍ତରରେ ସେମାନେ ଯେ ପରସ୍ପରର ଖୁବ୍ ନିକଟବର୍ତ୍ତୀ ଏହା ଏହି 'ଆମେ' ଶବ୍ଦରେ ପ୍ରତିଫଳିତ, ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଦୁଇଟି ସ୍ଥିତି କ୍ରମଶଃ ଏକୀଭୂତ ହୋଇଛି ଏହା ତାହାର ସୂଚନା । ଏପରି ଏକାତ୍ମକତା ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଦୃଢ଼ ପ୍ରମାଣ ।

ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କର ଶେଷ ଓ ସର୍ବଶ୍ରେଷ୍ଠ ସୂଚକ ହେଉଛି ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା ବା ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧତା । ସମସ୍ତ ବାଧାବିଘ୍ନ ସତ୍ତ୍ୱେ ଦୀର୍ଘ ସମୟ ପାଇଁ ସମ୍ପର୍କକୁ ଅତୁଟ ଓ ଦୃଢ଼ ରଖିବାର ସଂକଳ୍ପ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ସୂଚକ । ନିଜର କଥା ଅନୁଯାୟୀ କାର୍ଯ୍ୟ କରିବା, ସମ୍ପର୍କ ରକ୍ଷା ଦିଗରେ ଯତ୍ନଶୀଳ ହେବା ଏବଂ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମ୍ମୁଖୀନ ହେଲେ ପାରସ୍ପରିକ ଆଲୋଚନା ମାଧ୍ୟମରେ ସଂଘର୍ଷ ଦୂର କରି ସମ୍ପର୍କକୁ ବଳବତ୍ତର ରଖିବା ଏହି ମାନସିକତାର ପରିଚୟ ।

ଏପରି ମାନସିକତାକୁ ସୁବିଧାବାଦୀ ସମ୍ପର୍କଠାରୁ ସହଜରେ ପୃଥକ୍ କରାଯାଇପାରେ । ଅନେକ ସମୟରେ କେତେକ ଲୋକ ନିଜର ଲାଭ ଓ ସୁବିଧା ପାଇଁ ସମ୍ପର୍କ ଗଠନ କରନ୍ତି । ଅଳ୍ପ ପରିମାଣର ବାଧା ଉପୁଜିଲେ ସମ୍ପର୍କଠାରୁ ଦୂରେଇ ଯାଆନ୍ତି । ଏପରି ସୁବିଧାବାଦୀ ସମ୍ପର୍କ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ବିପରୀତ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ରହିଥାଏ ।

ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତାର ପ୍ରକୃତ ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଦୀର୍ଘତର ସମୟ ପାଇଁ ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରତିଷ୍ଠାର ମନୋଭାବ ଏବଂ ଏ ଦିଗରେ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱାର୍ଥତ୍ୟାଗ ପାଇଁ ମାନସିକ ପ୍ରସ୍ତୁତି । ପ୍ରିୟଜନଙ୍କୁ ଖୁସି ଦେଇ ନିଜେ ଦୁଃଖକଷ୍ଟ ବରଣ କରିବାର ମାନସିକତା ଏଥିରେ ରହିଥାଏ ।

ପରିଶେଷରେ କୁହାଯିବ ଯେ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ପାଇଁ ଛ'ଟି ସମ୍ବଳର ଭୂମିକା ରହିଛି । ପ୍ରିୟଜନ ସମ୍ପର୍କରେ ଜ୍ଞାନ, ବିଶ୍ୱାସ, ଯତ୍ନଶୀଳତା, ସମ୍ପୃକ୍ତି, ଏକାତ୍ମକତା ଏବଂ ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧତାର ସମାରୋହ ସମ୍ପର୍କକୁ ଗଭୀର ଓ ବଳବତ୍ତର କରିଥାଏ । କେବଳ କେତୋଟି ଉପାଦାନର ବହୁଳତା ସତ୍ତ୍ୱେ ଅନ୍ୟଗୁଡ଼ିକର ଅନୁପସ୍ଥିତି ସମ୍ପର୍କକୁ ଦୁର୍ବଳ ରଖେ । ଆଲୋଚିତ ଛ'ଟି ଉପାଦାନର ମାତ୍ରା ହିଁ ସମ୍ପର୍କକୁ ବନ୍ଧୁର ପର୍ଯ୍ୟାୟ, ଭଲ ବନ୍ଧୁର ପର୍ଯ୍ୟାୟ ଏବଂ ଆଦର୍ଶ ବନ୍ଧୁର ପର୍ଯ୍ୟାୟକୁ ନେଇଥାଏ । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ଆଦର୍ଶ ଦାମ୍ପତ୍ୟରେ ଛ'ଟି ଉପାଦାନ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ବୈଶିଷ୍ଟ୍ୟ

ଜ୍ଞାନ — ପାରସ୍ପରିକ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି (Self-Disclosure) ବଳରେ ପ୍ରିୟଜନ ସମ୍ପର୍କରେ ଜ୍ଞାନ ବା ବୁଝାମଣା ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ପରିମାଣରେ ରହିଥାଏ ।

ବିଶ୍ୱାସ — ସମ୍ପର୍କର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତି ବିଶ୍ୱାସ ରଖନ୍ତି ଯେ ଅନ୍ୟ ଜଣେ କ୍ଷତି କରିବ ନାହିଁ ଏବଂ ଗୋପନୀୟ କଥା ଗୁପ୍ତ ରଖିବ ।

ଯତ୍ନଶୀଳତା : ଅନ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ଲାଗି ତତ୍ପରତା ଏବଂ ସମ୍ପର୍କକୁ ଅତୁଟ ରଖିବାର ଧ୍ୟାନଶୀଳତା ।

ସମ୍ପୃକ୍ତି — ଦୁଇଟି ଜୀବନ ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ସମ୍ବନ୍ଧିତ ହୋଇଉଠେ ଜଣଙ୍କର ଏବଂ ପ୍ରଭାବ ଅନ୍ୟ ଉପରେ କ୍ରମଶଃ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

ଏକାତ୍ମକତା : 'ମୁଁ' ବଦଳରେ 'ଆମେ' ଶବ୍ଦଟି ଅଧିକରୁ ଅଧିକ ବ୍ୟବହୃତ ହୁଏ ।

ଅଙ୍ଗୀକାରବଦ୍ଧତା (ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧତା) : ସମସ୍ତ ବାଧାବିଘ୍ନ ସତ୍ତ୍ୱେ, ଗଠିତ ହୋଇଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ଦୀର୍ଘକାଳ ଅତୁଟ ଓ ଶକ୍ତିଶାଳୀ ରଖିବାର ମାନସିକ ପ୍ରସ୍ତୁତି ଓ ପ୍ରଯତ୍ନ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଶୈଳୀ

ଆମର ଯତ୍ନକାରୀ ସହିତ ନିବିଡ଼ତାର ଏକ ସମ୍ପର୍କ ଗଠନ କରିବା ଏକ ମାନବୀୟ ପ୍ରକୃତି । ପିତାମାତା ବିଶେଷକରି ଜନନୀ ସହିତ ଯେଉଁ ନିବିଡ଼ତାର ଶୈଳୀ ଗଠିତ ହୁଏ ତାହା କ୍ରମଶଃ ଅନ୍ୟ ସମ୍ପର୍କକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ଅନେକ ସମୟରେ ପତି କିମ୍ବା ପତ୍ନୀଙ୍କର କେତେକ ଅସ୍ୱାଭାବିକ ବ୍ୟବହାର ଦେଖି ବ୍ୟକ୍ତି ହୁଏତ ବିସ୍ମିତ ହୁଏ । ପର ସମୟରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରତି କିମ୍ବା ପତ୍ନୀଙ୍କର ମୂଳ ପରିବାରର ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ (ପତି/ପତ୍ନୀଙ୍କର ପିତାମାତା) ସହିତ ଭଲରୂପେ ସାକ୍ଷାତ ଓ କଥାବାର୍ତ୍ତା ହେବା ପରେ ବ୍ୟକ୍ତି ହଠାତ୍ କୁହନ୍ତି – "ମୁଁ ବର୍ତ୍ତମାନ ବୁଝିପାରୁଛି ଯେ ତୁମେ କାହିଁକି ସ୍ପଷ୍ଟବାଦୀ ହେବାକୁ ଯାଇ ବେଳେବେଳେ ରୁକ୍ଷ ହୋଇପଡ଼ । ତୁମ ପରିବାରଟି ମଧ୍ୟ ସେପରି । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମନରେ କି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ସୃଷ୍ଟି କରିବ, ତାହା ଚିନ୍ତା ନ କରି ମନକୁ ଆସୁଥିବା କଥାସବୁ ସିଧାସଳଖ ଅବିକଳ ସେପରି ପ୍ରକାଶ କରିଥାଏ ।"

ବ୍ରିଟିଶ ମନୋଚିକିତ୍ସକ ଜନ ବଲ୍‌ବୀ ପ୍ରଥମେ ଶିଶୁମାନଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଭିନ୍ନ ଭିନ୍ନ ଶୈଳୀ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଥିଲେ । ଦ୍ୱିତୀୟ ବିଶ୍ୱଯୁଦ୍ଧ ସମୟରେ ନାଜୀ ସୈନ୍ୟମାନେ ରାତିରେ ଲଣ୍ଡନ ଉପରେ ଅଧିକ ବୋମା ବର୍ଷଣ କରୁଥିଲେ । ବ୍ରିଟିଶ୍ ମହିଳାମାନେ ସେମାନଙ୍କ ଶିଶୁମାନଙ୍କର ନିରାପତ୍ତା ପାଇଁ ସେମାନଙ୍କୁ ସଂଧ୍ୟା ସମୟରେ ଗ୍ରାମାଞ୍ଚଳକୁ ପଠାଇ ଦେଉଥିଲେ ଏବଂ ପ୍ରତ୍ୟୁଷରେ ପୁଣି ଫେରାଇ ଆଣୁଥିଲେ । ବଲ୍‌ବୀ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଯେ ମା'କୁ ଛାଡ଼ି ଶିଶୁ ଦୂରକୁ ଯିବା ସମୟରେ ବିଭିନ୍ନ ଶିଶୁ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ଦର୍ଶାଉଛନ୍ତି ।

ବଲ୍‌ବୀ ପୁନଶ୍ଚ ଅନୁଭବ କଲେ ଯେ ଶିଶୁ ଜନନୀ ପ୍ରତି ଯେଉଁ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ ଦର୍ଶାଉଛି, ତାହା ତା'ର ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ମଧ୍ୟ ଅତୁଟ ରହୁଛି । ସମ୍ପର୍କରେ କେତେକ ଶୈଳୀ ଉପଯୋଗୀ ହେବା ସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତୋଟି ଶୈଳୀ ଅନୁପଯୋଗୀ । ଉଦାହରଣସ୍ୱରୂପ, ଗୋଟିଏ ଉପଯୋଗୀ ଶୈଳୀ ହେଉଛି ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଶିଶୁ ମା' ପାଖରେ ସକ୍ରିୟ ଓ ଖୁସି ରହିଥାଏ । ନିକଟସ୍ଥ ପରିବେଶକୁ ଅନ୍ୱେଷଣ କରେ । ମା'ଠାରୁ ଦୂରେଇଦେବା ସମୟରେ ଅନ୍ୱେଷଣ ଓ କ୍ରିୟାଶୀଳତା ଅଳ୍ପ କିଛି କମିଗଲେ ମଧ୍ୟ ଶିଶୁ ଏକାକୀ କିମ୍ବା ଅପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତି ପାଖରେ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଚିଡ଼ିଚିଡ଼ି ଭାବ ଦେଖାଇ ନ ଥାଏ । ପୁନଶ୍ଚ ମା' ପାଖରେ ମିଳିତ ହେବା ପରେ ଶିଶୁ ସ୍ୱାଭାବିକ ସ୍ଫୂର୍ତ୍ତି ଓ ଆନନ୍ଦ ପ୍ରକାଶ କରେ । ବଲ୍‌ବୀଙ୍କ ମତରେ ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ଅଙ୍କୁରିତ ଓ ବିକଶିତ

Digitized by srujanika@gmail.com

ହୋଇଥିବା ଏପରି ଶୈଳୀ ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ରହି ବାଲ୍ୟ, କୈଶୋର ଓ ଯୌବନ ଅବସ୍ଥାରେ ବଳଶାଳୀ ହୁଏ ।

ଅବଶ୍ୟ ସବୁ ମନୋବିଜ୍ଞାନୀ ବଲ୍‌ବୀଙ୍କର ଏ ମତବାଦର ସମର୍ଥନ କରନ୍ତି ନାହିଁ । ସେମାନଙ୍କ ମତରେ କିଶୋର ଅବସ୍ଥାର ଶେଷ ପର୍ଯ୍ୟାୟ (ପ୍ରାୟ ୧୯ ବର୍ଷ ବୟସ) ପର୍ଯ୍ୟନ୍ତ ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ସମ୍ପର୍କଶୈଳୀ ଅପରିବର୍ତ୍ତିତ ରହିପାରେ । ମାତ୍ର ପରବର୍ତ୍ତୀ ସମୟରେ ବୈବାହିକ ଜୀବନରେ ସଙ୍କଟ, ପିତାମାତା କିମ୍ବା ପତି/ପତ୍ନୀଙ୍କର ବିୟୋଗ, ନୂତନ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଆବିର୍ଭାବ ଏବଂ ଜୀବନରେ ନୂତନ ସଙ୍ଗୀର ପ୍ରବେଶ ଇତ୍ୟାଦି ଘଟଣା ପୂର୍ବ ବିକଶିତ ସମ୍ପର୍କ ଶୈଳୀକୁ ବଦଳାଇପାରେ । ପୁଣି କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଜିନ୍ ବା ବଂଶାନୁଗତିର ପ୍ରଭାବ ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଗଭୀର ହୋଇ ମିଜାଜ ଗଠନକୁ ରୂପ ଦେଉଥିବାରୁ ପିତାମାତାଙ୍କ ଲାଳନପାଳନ ଶୈଳୀର ପରିଣତି ତୁଳନାରେ ଜୀବତାତ୍ତ୍ୱିକ ଉପାଦାନ ଫଳାଫଳ ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରେ । ବଲ୍‌ବୀଙ୍କ ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ସମାଲୋଚନା ସତ୍ତ୍ୱେ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ ଯେ ପୂରାପୂରି ବଦଳିଯାଏ, ଏହା କୁହାଯିବ ନାହିଁ ।

ବଲ୍‌ବୀଙ୍କ ପରିଭାଷାରେ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କର ଚାରୋଟି ଶୈଳୀ ରହିଛି । ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ପାଖରେ ଲାଗି ରହିବା ବା ଦୂରେଇଯିବାର ମାନସିକତା ଏବଂ ଉଦ୍‌ବେଗ ବା ଉତ୍କଣ୍ଠାର ମାତ୍ରାକୁ ଆଧାର କରି ଏହି ଚାରୋଟି ଶୈଳୀର ପରିକଳ୍ପନା କରାଯାଇଛି ।

ଉତ୍କଣ୍ଠା ବା ଉଦ୍‌ବେଗ (ANXIETY)

		କମ୍	ବେଶି
ଛାଡ଼ଛାଡ଼ ଭାବ (AVOIDANCE)	କମ୍	ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା	ଆତ୍ମକୈନ୍ଦ୍ରିକ
	ବେଶି	ବେଖାତିର ଛାଡ଼ଛାଡ଼ ଭାବ	ଭୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଛାଡ଼ଛାଡ଼ ଭାବ

ଉପଯୋଗୀ ଓ ଫଳପ୍ରଦ ଶୈଳୀଟି ହେଉଛି ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ । ଗବେଷଣାଗାରର ନିୟନ୍ତ୍ରିତ ପରିବେଶ ମଧ୍ୟରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରାଯାଇଛି ଯେ ଅନେକ ଶିଶୁ ମା' ପାଖରେ ହର୍ଷମୁଖର ଥାଆନ୍ତି । ମା'ଙ୍କର ଉପସ୍ଥିତିରେ ସେମାନେ କୋଠରି ବା ପରିବେଶର ବସ୍ତୁସହ (ଯଥା : ଖେଳଣା) ଅନ୍ୱେଷଣ କରନ୍ତି । 'ମା' ସେହି କୋଠରିରୁ ବାହାରିଯାଇ ଦୃଷ୍ଟିର ଅନ୍ତରାଳକୁ ଚାଲିଗଲେ ମଧ୍ୟ ଏପରି ଶିଶୁ ଏକାକୀ କିମ୍ବା ଅପରିଚିତ ବ୍ୟକ୍ତିର ଉପସ୍ଥିତିରେ ପରିବେଶକୁ କିଛିଟା କମ୍ ମାତ୍ରାରେ ଅନ୍ୱେଷଣ କରନ୍ତି । ମା' ଫେରିଆସିବା ପରେ ଏମାନଙ୍କର ସକ୍ରିୟତା, ଅନ୍ୱେଷଣ ଓ ଆନନ୍ଦ ବୃଦ୍ଧି ପାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ଗବେଷକମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି ଯେ ଶୈଶବ କାଳରେ ଶିଶୁର ଜନନୀ ଶ୍ରଦ୍ଧାଶୀଳ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ଶିଶୁର ଆବଶ୍ୟକତାସବୁ ପୂରଣ କରୁଥିଲେ । ଶିଶୁର ଏପରି ମନୋଭାବ ସୃଷ୍ଟି ହୁଏ । ଯଥାସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ଯୋଗାଇବା, ଆବଶ୍ୟକ ସମୟରେ ଉଷ୍ଣତା ବା ଶୀତଳତା ପ୍ରଦାନ କରିବା ଏବଂ ଅନ୍ୟ ସବୁ ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ମାଧ୍ୟମରେ ଶିଶୁମନରେ ଆସ୍ଥା ଗଠିତ ହୁଏ । ଜନନୀର ଯତ୍ନବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁ ନିଜକୁ ନିରାପଦ ଓ ସୁରକ୍ଷିତ ମନେ କରେ । ଯତ୍ନକାରୀର ଏପରି ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବ୍ୟବସ୍ଥା ହିଁ ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଅଙ୍କୁରଣ ଘଟାଇଥାଏ । ସ୍ପଷ୍ଟ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ ଏପରି ଶୈଳୀରେ ମା'ଠାରୁ ବା ଅନ୍ୟ ପ୍ରିୟଜନଠାରୁ ଦୂରେଇଯିବାର ପ୍ରବଣତା କମ୍ ଏବଂ ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ଲାଭ କରିବାର ଇଚ୍ଛା ବେଶି । ପୁଣି ଏପରି ଶୈଳୀରେ ଉତ୍‌କଣ୍ଠା ବା ଉଦ୍‌ବେଗର (anxiety) ମାତ୍ରା ମଧ୍ୟ ଖୁବ୍ କମ୍ ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ଜୀବନରେ ବ୍ୟକ୍ତି ଏପରି ଶୈଳୀ ଅତୁଟ ରଖିଲେ ସମ୍ପର୍କ ପ୍ରୀତିପଦ ହୁଏ । ସାଧାରଣତଃ ଦେଖାଯାଏ ଯେ ଏପରି ଶୈଳୀର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଆତ୍ମବିଶ୍ୱାସ ଅଧିକ । ପ୍ରିୟଜନର ଚାହିଦାସବୁ ପରିପୂରଣ କରିବାର ସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଛି ବୋଲି ଏମାନେ ବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି । ଏପରି ଶୈଳୀରେ ଆସ୍ଥା ଓ ମାନସିକ ସାମୀପ୍ୟ ପ୍ରତିଫଳିତ । ଏପରି ଲୋକମାନେ ଅଧିକ ସକାରାତ୍ମକ ଆବେଗ ଏବଂ କମ୍ ନକାରାତ୍ମକ ଆବେଗ ଅନୁଭବ କରନ୍ତି । ପ୍ରିୟଜନ ପ୍ରତି ବେଶି ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ଦର୍ଶାନ୍ତି । ବୈବାହିକ ଜୀବନରେ ଅଧିକ ସାହାଯ୍ୟ, ସହଯୋଗ ଓ ସମନ୍ୱୟଶୀଳତା ପରିଦୃଷ୍ଟ ହୁଏ । ମୋଟ ଉପରେ ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ ଦୃଢ଼ ଓ ଗଭୀର ସମ୍ପର୍କର ସହାୟକ ଅବସ୍ଥା । ଦୀର୍ଘତର ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ପାଇଁ ଏହା ଏକ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ଅବସ୍ଥା ।

ଦ୍ୱିତୀୟ ଶୈଳୀଟି ହେଉଛି ଆତ୍ମକୈନ୍ଦ୍ରିକ ସମ୍ପର୍କ ଶୈଳୀ । ଶୈଶବ ଅବସ୍ଥାରେ ଏମାନେ ଛାଡ଼୍ ଛାଡ଼୍ (Avoidant) ଭାବ ଦେଖାନ୍ତି । ମାତ୍ର ବଡ଼ ହେବା ପରେ ଏମାନଙ୍କର ଛାଡ଼୍ ଛାଡ଼୍ ଭାବ ବା ଦୂରେଇଯିବାର ଭାବ କମିଯାଏ । ଏମାନେ ସଂସର୍ଗ ବା ସାନ୍ନିଧ୍ୟ ଚାହାଁନ୍ତି ।

ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାକୁ ଉପଭୋଗ କରନ୍ତି । ମାତ୍ର ଏମାନଙ୍କର ନିଜର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଉପରେ ଆସ୍ଥା ନ ଥିବାରୁ ମନରେ ଉତ୍‌କଣ୍ଠା ବା ଉଦ୍‌ବେଗର (Anxiety) ମାତ୍ରା ଅଧିକ ଥାଏ । ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳରେ ଯତ୍ନକାରୀଠାରୁ ଆବଶ୍ୟକ ସ୍ନେହଶ୍ରଦ୍ଧା ପାଇନଥିବାରୁ ଏପରି ସମସ୍ୟା ସୃଷ୍ଟି ହୋଇଥାଏ ।

ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ ଉଚ୍ଚତର ଧାରଣା ନ ଥିବାରୁ ନିଜ ଭିତରେ ବେଶ୍ ଏକ ଅଭାବବୋଧ ରହିଥାଏ । ଏହି ଅଭାବବୋଧ ଦୂର କରିବା ପାଇଁ ସେମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ଲୋଡ଼ନ୍ତି । ପ୍ରିୟଜନଙ୍କୁ ବେଶ୍ ଭଲପାଇବା ଉଚିତ, ଏପରି ମନୋଭାବରେ ପ୍ରରୋଚିତ ନ ହୋଇ କେବଳ ନିଜର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଉଦ୍ଦେଶ୍ୟସାଧନ ପାଇଁ ପାଖରେ ଲାଗି ରହିବାର ଭାବ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦର୍ଶାନ୍ତି । କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ଏପରି ଶୈଳୀ ଦୀର୍ଘଦିନ ପାଇଁ ସଫଳ ସମ୍ପର୍କ ଗଠନ କରିନଥାଏ ।

ତୃତୀୟ ସମ୍ପର୍କ ଶୈଳୀଟି ହେଉଛି ବେଖାତିର ସମ୍ପର୍କ ଶୈଳୀ । ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳ ମଧ୍ୟ ବିଶେଷ ଉପଯୋଗୀ ଲାଳନ-ପାଳନ ଭଙ୍ଗୀ ପ୍ରେରିତ ନୁହେଁ । ଦୂରେଇ ରହିବାର ପ୍ରବଣତା (Avoidance) ବେଶି, ଯଦିଓ ଉତ୍‌କଣ୍ଠା ବା ଉଦ୍‌ବେଗ କମ୍ । ନିଜ ଉପରେ ବିଶ୍ୱାସ ଥିବାରୁ ଏମାନେ ନିଜକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଓ ସ୍ୱାଧୀନ ରଖିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କର ସାହାଯ୍ୟ ବିନା ସଫଳତା ଲାଭ କରିବାର ମାନସିକତା ଥିବାରୁ ଏମାନଙ୍କ ପାଇଁ ସଂପର୍କ ଗୁରୁତ୍ୱହୀନ ହୋଇଉଠେ । ସମ୍ପର୍କର ଆଧିକ୍ୟ ଅଧିକ ଜଟିଳତା ସୃଷ୍ଟି କରିବ । ଏପରି ବିଚାର ନେଇ ସେମାନେ ସମ୍ପର୍କଠାରୁ ଦୂରେଇ ରହିବାକୁ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କର ଗମ୍ଭୀରତାକୁ ଏମାନେ ଏଡ଼ାଇଯିବାକୁ ଚାହାଁନ୍ତି ।

ବେଖାତିର ସମ୍ପର୍କ ଶୈଳୀରେ ଦୂରେଇ ଯିବାର ପ୍ରବଣତା ଅଧିକ ଏବଂ ଉଦ୍‌ବେଗର ମାତ୍ରା କମ୍ । ବେଖାତିର ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଫଳରେ ସମ୍ପର୍କରୁ ଆନନ୍ଦ ଲାଭ କରିବାର ସମ୍ଭାବନା କମ୍ ଥାଏ । ସମ୍ପର୍କକୁ ଦୀର୍ଘତର ରଖିବାର ପ୍ରତିଶ୍ରୁତିବଦ୍ଧତା ମଧ୍ୟ କମ୍ ଥାଏ । ଲୋକ ସଂସର୍ଗ ଏବଂ ଜନ ସମ୍ପର୍କ ଏକ ବିଶେଷ ଧରଣର ମାନବୀୟ ପ୍ରବୃତ୍ତି ହୋଇଥିବାରୁ ସମ୍ପର୍କ ଗଠନର ଇଚ୍ଛା ଯେ ପୂରାପୂରି ନାହିଁ, ଏହା ନିଶ୍ଚିତଭାବରେ କୁହାଯିବ ନାହିଁ । ସମ୍ଭବତଃ ନିଜର ଅହମିକା ଓ ଆତ୍ମପ୍ରତ୍ୟୟର ଡାକୁଣୀ ଦେଇ ଏପରି ଶୈଳୀର ଲୋକମାନେ ଉଦାସୀନତା ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

ସମ୍ପର୍କର ଚତୁର୍ଥ ଓ ଶେଷ ଶୈଳୀଟି ହେଉଛି ଭୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଏଡ଼ାଯିବାର ଶୈଳୀ । ଏପରି ଶୈଳୀ ଦର୍ଶାଉଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କର ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳୀନ ଅନୁଭବ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ନୁହେଁ । ସାଧାରଣତଃ ଏପରି ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଶୈଶବ ଓ ବାଲ୍ୟକାଳରେ ଅବହେଳା ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଖାନର ଶରବ୍ୟ ହୋଇଥାନ୍ତି । ଅଳ୍ପ ବୟସରେ ପିଲାଟି ପିତାମାତାଙ୍କଠାରୁ (ବିଶେଷତଃ ମା ଠାରୁ) ଆଦର ଯତ୍ନ ପାଇନଥାଏ । ନିଜର କୃତି ପାଇଁ ପ୍ରଶଂସା ପାଇ ନ ଥାଏ । ବରଂ ତିରସ୍କାର ଓ ଭର୍ତ୍ସନା ପାଇଥାଏ । ପିଲାଟି ଗଣିତରେ ଭଲ ମାର୍କ ପାଇ ମା'କୁ ଭଲ ମାର୍କ ପାଇଛି କହିବା ମାତ୍ରେ ମା' ହୁଏତ କୁହନ୍ତି – "ଅନ୍ୟମାନେ ତ ଶହେରୁ ଶହେ ପାଉଛନ୍ତି । ତୁ ବଡ଼ କଥା କ'ଣ କରିଛୁ ?" ଶିଶୁ ବାରମ୍ବାର ଏପରି ଅବହେଳା ଓ ପ୍ରତ୍ୟାଖାନର ଶିକାର ହେଲେ ତା' ମନରେ ଭୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଛାଡ଼ଛାଡ଼ ଶୈଳୀ ଅଙ୍କୁରିତ ହୁଏ ।

ପରବର୍ତ୍ତୀ ସ୍ତରରେ ଏପରି ଶୈଳୀ ଏକ ମାନସିକ ବିପର୍ଯ୍ୟୟ ସୃଷ୍ଟି କରେ । ଏପରି ଶୈଳୀର ଅଧିକାରୀ ହୋଇଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଅବିଶ୍ୱାସ କରନ୍ତି । ସମ୍ପର୍କ ସବୁବେଳେ ବିପଦପୂର୍ଣ୍ଣ ବୋଲି ବିଚାର କରନ୍ତି । ଅନ୍ୟକୁ ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ ଦେବାରେ ଗଭୀର କୁଣ୍ଠା ରହିଥାଏ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କଠାରୁ ଦୂରେଇଯିବା ଏବଂ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ପ୍ରତି ବୈରଭାବ ଦର୍ଶାନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୁତରାଂ ନିରାପଦ ଅନ୍ତରଙ୍ଗତାର ଶୈଳୀ ହିଁ ଉନ୍ନତ ଓ ସୁଖପ୍ରଦ ସମ୍ପର୍କର ମୂଳଭିତ୍ତି, ଏପରି ଶୈଳୀ ଦୀର୍ଘତର ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ଗଠନ କରେ । ସମ୍ପର୍କର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ଥିବା ବ୍ୟକ୍ତିମାନଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଏପରି ଶୈଳୀର ଅଧିକାରୀ ହେଲେ ଫଳାଫଳ ବହୁଗୁଣିତ ହୁଏ । ଏହି ଶୈଳୀଟି ସର୍ବୋତ୍କୃଷ୍ଟ ହୋଇଥିଲେ ମଧ୍ୟ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ପୂର୍ଣ୍ଣମାତ୍ରାରେ ଏହି ଶୈଳୀର ଅଧିକାରୀ ହୋଇନଥିଲେ ତାଙ୍କର ଜୀବନ ଓ ସମ୍ପର୍କ ବ୍ୟର୍ଥ ହୋଇଗଲା ବୋଲି ଭାବିବସିବା ସମୁଚିତ ନୁହେଁ । ସମ୍ଭବତଃ ଆମେ ସମସ୍ତେ କିଛି ମାତ୍ରାରେ ସାମୟିକ ଭାବରେ ଅନ୍ୟ ଶୈଳୀ ବ୍ୟବହାର କରିଥାଉ । ଅନୁପଯୋଗୀ ଶୈଳୀର ମାତ୍ରା କମ୍ ରଖି ଉପଯୋଗୀର ମାତ୍ରା ବୃଦ୍ଧି କଲେ ସଫଳତା ଗଭୀର ଓ ଦୀର୍ଘତର ହେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ

ଦୀର୍ଘ ଓ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟପୂର୍ଣ୍ଣ ଜୀବନ ପାଇଁ ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି । ଆମେ ସମସ୍ତେ ସାମାଜିକ ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ବସବାସ କରୁଥିଲେ ମଧ୍ୟ ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ ପାଇଁ ପ୍ରୟାସ କରିବାକୁ ହୁଏ । ଉପଯୁକ୍ତ ଉଦ୍ୟମ ଅଭାବରେ ଯେ କୌଣସି ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାଣୁ, ନିଷ୍ପ୍ରାଣ ଓ ରସହୀନ ହୋଇପଡ଼େ । ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶକୁ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ସେଥିରେ କେତୋଟି ସୁନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ସୋପାନ ଥିବା ପରି ମନେହୁଏ । ବିକାଶର ପାଞ୍ଚୋଟି ଉପାଦାନକୁ ଚିହ୍ନଟ କରାଯାଇପାରେ ।

ପ୍ରଥମ ସୋପାନଟି ପାରସ୍ପରିକ ବୋଧଜ୍ଞାନର ସ୍ତର । ସମ୍ପର୍କ ବଳୟରେ ରହିଥିବା ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତି ଅନ୍ୟର ଚିନ୍ତା, ଭାବନା, ଭାବାବେଗ ଓ ଆଚରଣକୁ ଜାଣିବାର ପ୍ରକ୍ରିୟା ଏହାର ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ପତ୍ନୀ ପତିଙ୍କ ବିଷୟରେ ଜାଣିବେ ଏବଂ ନିଜ ବିଷୟରେ ଜଣାଇବେ । ପ୍ରତି ମୁହୂର୍ତ୍ତରେ ସଚେତନ ଭାବରେ ଏ ପ୍ରକ୍ରିୟା ଚାଲୁ ରହିବ । ପତିଙ୍କର ସ୍ୱପ୍ନ କ'ଣ ଆଶା କ'ଣ ଏବଂ ଭୟ କ'ଣ – ଏ ବିଷୟରେ ପତ୍ନୀଙ୍କର ସ୍ପଷ୍ଟ ଧାରଣା ଆସିବା ପ୍ରୟୋଜନ । ସେହିପରି କେଉଁସବୁ ଅବସ୍ଥା ପ୍ରିୟଜନଙ୍କୁ ଭାରାକ୍ରାନ୍ତ କରିପାରେ, କ୍ଷତିଗ୍ରସ୍ତ କରିପାରେ ଏବଂ ଅନିଶ୍ଚିତତାରେ ପକାଇପାରେ ସେ ବିଷୟରେ ମଧ୍ୟ ଧାରଣା ପ୍ରୟୋଜନ । ଅବଶ୍ୟ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ବିଷୟରେ ଜାଣିବା ଏବଂ ନିଜ ବିଷୟରେ ଜଣାଇବା ମଧ୍ୟରେ କିଛିଟା ଭାରସାମ୍ୟ ରହିବା ଯୁକ୍ତିଯୁକ୍ତ ।

ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କ ବିକାଶର ଦ୍ୱିତୀୟ ଉପାଦାନଟି ହେଉଛି ଉପଯୋଗୀ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ । ଏହା ଏକ ସାଧାରଣ ସତ୍ୟ ଯେ ପରିବାର ବା ଆମ ନିକଟ ପରିବେଶରେ ଘଟଣାଟିଏ ଘଟିବାମାତ୍ରେ ଆମେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଏକ କାରଣ ଚିନ୍ତା କରିଥାଉ । ଧରାଯାଉ ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ଅସୁସ୍ଥ ହୋଇପଡ଼ିଲେ । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ହୁଏତ ଭାବିବସୁ ଯେ ସେ ନିଜର ଅବହେଳା ଫଳରେ ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ । ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆମେ ହୁଏତ ବିଚାର କରୁ ଯେ ବର୍ତ୍ତମାନର ବାତାବରଣ ସଂକ୍ରମଣ-ସହାୟକ ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ଅସୁସ୍ଥ ହେଲେ । ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଆମେ ବାହ୍ୟିକ କାରଣର (ଯଥା- ସଂକ୍ରମଣ) କଥା ଚିନ୍ତା କରିବାସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ (ବ୍ୟକ୍ତିର ଗୁଣ ବା ଅବିଗୁଣ) କାରଣର କଥା ଚିନ୍ତା କରୁ । ପୁଣି ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ କେତେକ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ

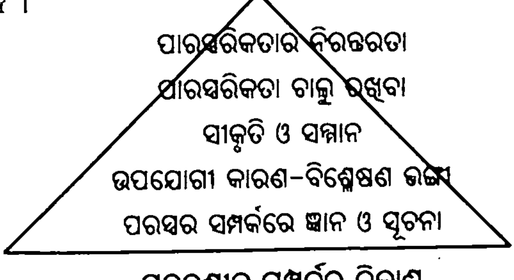
Digitized by srujanika@gmail.com

ଭଙ୍ଗୀ ସମ୍ପର୍କ ବିକାଶର ସହାୟକ ହେବାସ୍ଥଳେ ଅନ୍ୟ କେତେକ ଶୈଳୀ ସମ୍ପର୍କର ଅନ୍ତରାୟ ହୋଇଥାଏ ।

ଘଟଣାଟି ଖରାପ ହୋଇଥିଲେ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଦୋଷଦୁର୍ବଳତାକୁ (ବା ଅବିଗୁଣ) କାରଣ ମନେକରିବା ସମ୍ପର୍କ-ସହାୟକ ନୁହେଁ । ପ୍ରିୟଜନ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଘରେ ନ ପହଞ୍ଚିଲେ ତାଙ୍କର ଅବହେଳାକୁ ଦାୟୀ ନ କରି ରାସ୍ତା ଭିଡ଼ ଥିବାର କାରଣ ଚିନ୍ତା କରାଯାଇପାରେ । ମୋଟ ଉପରେ ଖରାପ ଘଟଣା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବାହ୍ୟିକ ପରିବେଶର ଭୂମିକା ଚିନ୍ତା କରିବା ସମ୍ବେଦନଶୀଳ ବିଚାର । ସେହିପରି ଭଲ ଘଟଣା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ (ଯଥା : ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ସଫଳତା) ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଗୁଣକୁ (ଯଥା : ତାଙ୍କର ବୁଦ୍ଧିମତ୍ତା କିମ୍ବା ଉଦ୍ୟମଶୀଳତା) କାରଣ ରୂପେ କିନ୍ତା କରିବାର ମାନସିକତା ସମ୍ପର୍କ ସହାୟକ ହୋଇଥାଏ ।

ମନନଶୀଳ ସଂପର୍କ ବିକାଶର ତୃତୀୟ ସୋପାନଟି ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକ ସ୍ୱୀକୃତି ଓ ସମ୍ମାନ । ପତିପତ୍ନୀ ପରସ୍ପର ବିଷୟରେ ଅବଗତ ହେବା ପରେ ସେମାନେ ପରସ୍ପରର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ଜାଣିବେ । ଅନ୍ତରଙ୍ଗତା ବୃଦ୍ଧିପାଇବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନ୍ୟର ସକାରାତ୍ମକ ଅନୁଭବ ଓ ନକାରାତ୍ମକ ଅନୁଭୂତିର ବର୍ଣ୍ଣନା ଶୁଣିବାର ସୁଯୋଗ ପାଇବେ । ଏପରି ଭାବ ବିନିମୟ ପରେ ପରେ ସ୍ୱୀକୃତି ଓ ସମ୍ମାନର ମାନସିକତା ବିକଶିତ ହେବ । ଜଣେ ଅନ୍ୟର ଦୋଷଦୁର୍ବଳତା ସତ୍ତ୍ୱେ ତାଙ୍କୁ ସ୍ୱୀକୃତିଦେବେ । ଅନ୍ୟର ସାମର୍ଥ୍ୟ ପାଇଁ ସମ୍ମାନ ମଧ୍ୟ ଜଣାଇବେ । ସ୍ୱୀକୃତି ଓ ସମ୍ମାନର ଏ ମଧୁର ସମନ୍ୱୟ ଭବିଷ୍ୟତର ସମ୍ଭାବ୍ୟ ଅଘଟଣ ପାଇଁ ବିରାଟ ପ୍ରତିରୋଧ ଶକ୍ତି ଗଠନ କରିଥାଏ । ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ପତିପତ୍ନୀ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ସ୍ୱୀକୃତି ଓ ସମ୍ମାନବୋଧ ରହିଥିବା କ୍ଷେତ୍ରର ବିବାହ ବିଚ୍ଛେଦର ସମ୍ଭାବନା ଖୁବ୍ କ୍ଷୀଣ ।

ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କ ବିକାଶର ପଞ୍ଚମ ଉପାଦାନ ଓ ସୋପାନଟି ହେଉଛି ପାରସ୍ପରିକତା ବଜାୟ ରଖିବା ଏବଂ ଏହାର ବିକାଶ ଘଟାଇବା । ଚିନ୍ତା, ଭାବନା ଓ ଆଚରଣରେ କିପରି ସମ୍ପୃକ୍ତି ବଜାୟ ରଖିବାକୁ ହେବ । ସଚେତନ ଭାବରେ ସକ୍ରିୟ ରହିବାକୁ ହେବ । ସକ୍ରିୟତା କମିଗଲେ ବ୍ୟର୍ଥତା ଆବୋରି ବସିବ । ସୁତରାଂ ପତି ଓ ପତ୍ନୀ ପ୍ରତ୍ୟେକ ନିଜର ଓ ଅନ୍ୟର ଲକ୍ଷ୍ୟ ପ୍ରତି ସଚେତନ ରହିବେ ଏବଂ ଆବଶ୍ୟକସ୍ଥଳେ ପରିବର୍ତ୍ତନ ପାଇଁ ଦ୍ୱିଧା ପ୍ରକାଶ କରିବେ ନାହିଁ ।



ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କର ବିକାଶ

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନନଶୀଳ ସମ୍ପର୍କ ଏକ ତଥ୍ୟଭିତ୍ତିକ ପରିକଳ୍ପନା ନୁହେଁ । ଏହା ଏକ କୌଶଳ ଭିତ୍ତିକ ଅଭ୍ୟାସ । ସାମୂହିକ ଜୀବନର କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ଏବଂ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ବିକାଶ ପାଇଁ ଏହାକୁ ମାନସିକ ସ୍ତରରେ ଏବଂ ବ୍ୟବହାର ସ୍ତରରେ ପ୍ରୟୋଗ କରିବାକୁ ହେବ ।

ଉପଯୋଗୀ ଓ ଅନୁପଯୋଗୀ ସୋପାନ

ଉପଯୋଗୀ	ଅନୁପଯୋଗୀ
ଅନ୍ୟ ସମ୍ପର୍କରେ ଗଭୀର ଜ୍ଞାନ ଆହରଣ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟା ମାଧ୍ୟମରେ ଜଣେ ଅନ୍ୟକୁ ଜାଣେ ଏବଂ ନିଜ ବିଷୟରେ ଜଣାଏ ।	ଅନ୍ୟକୁ ଜାଣିବା ଏବଂ ନିଜକୁ ଜଣାଇବାର ମନୋଭାବ ସକ୍ରିୟ ନ ଥିଲେ ସମ୍ପର୍କ ବିକାଶର ପ୍ରଥମ ସୋପାନ ବାଧାପ୍ରାପ୍ତ ହୁଏ ।
ଆହରଣ କରାଯାଉଥିବା ଜ୍ଞାନ ଓ ସୂଚନା ସମ୍ପର୍କରେ ଉତ୍ତରୋତ୍ତର ବିକାଶ ଘଟାଏ ।	ଜ୍ଞାନର ଅନୁପସ୍ଥିତି କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ ।
ଅନ୍ୟ ବ୍ୟକ୍ତିର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଯୋଗୁଁ ସମ୍ମାନବୋଧ ଜାତ ହୁଏ । ଅନ୍ୟର ଦୁର୍ବଳତା ଜାଣିଲେ ମଧ୍ୟ ସ୍ୱୀକୃତି ଜଣାଇବାରେ ବାଧା ନ ଥାଏ ।	ସ୍ୱୀକୃତି ଓ ସମ୍ମାନବୋଧ କମ୍ ରୁହେ ।
ଗଠିତ ହୋଇଥିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ବଜାୟ ରଖିବା ଏବଂ ଏହି ପାରସ୍ପରିକତାକୁ ନିରବଚ୍ଛିନ୍ନ ରୂପ ଦେବାର ମାନସିକତା ସକ୍ରିୟ ।	ସଂପର୍କ ବଜାୟ ରଖିବାପାଇଁ ପ୍ରେରଣା ଅପେକ୍ଷାକୃତ ଦୁର୍ବଳ ।
ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଦୃଢ଼ ସମ୍ପର୍କ ବଳୟରେ ଜଣେ ଅନ୍ୟକୁ 'ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର' ବୋଲି ବିଚାର କର ।	ଅନ୍ୟକୁ ସ୍ୱତନ୍ତ୍ର ଓ ମନେକରିବାର ଉପାଦାନ ପର୍ଯ୍ୟାପ୍ତ ନୁହେଁ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ସଂପର୍କ-ସହାୟକ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ

ମନୁଷ୍ୟର ମନ ଜାଗ୍ରତ ଅବସ୍ଥାରେ ସକ୍ରିୟ ଥାଏ । ଆଖି ଖୋଲା ଥିବା ସମୟରେ ଆମେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ଦେଖୁ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକଳାପ ମଧ୍ୟ ଦେଖୁ । କାର୍ଯ୍ୟ ବା ଆଚରଣଟି ଦେଖିବାମାତ୍ରେ ତାହାର କାରଣ ସଂପର୍କରେ ମନରେ ଭାବନା ଆସେ । ଧରାଯାଉ ଜଣେ ବ୍ୟକ୍ତି ରାସ୍ତାର ବାମ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ନ ଯାଇ ଦକ୍ଷିଣ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଚାଲିଛନ୍ତି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମ ମନକୁ ହଠାତ୍ ଭାବନା ଆସିପାରେ ଯେ ସେ ଅନ୍ୟମନସ୍କ ଥିବାରୁ ରାସ୍ତାର ନିୟମ ଭାଙ୍ଗି ଦକ୍ଷିଣ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଚାଲିଛନ୍ତି । ଅଥବା ମନେହୋଇପାରେ ଯେ ସେ ଯାଉଥିବା ଅଫିସଟି ରାସ୍ତାର ଦକ୍ଷିଣ ପାର୍ଶ୍ୱରେ ଅବସ୍ଥିତ ଥିବାରୁ ସେ ରାସ୍ତାର ଡାହାଣପଟରେ ଚାଲିଛନ୍ତି । ସେହିପରି ପିଲାଟିଏ ବାରଣ୍ଡାରେ ଏପଟ ସେପଟ ହେଉଥିଲେ ତାକୁ ଦେଖି ଆମେ ହଠାତ୍ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ କରିଥାଉ । କେତେକ ମନେକରନ୍ତି ଯେ ପିଲାଟି ନିଷ୍କର୍ମା ହୋଇଥିବାରୁ ସେ ଏପଟ ସେପଟ ହେଉଛି । ଅନ୍ୟମାନେ ଭାବିପାରନ୍ତି ଯେ ପିଲାଟି କିଛି ଖୋଜିବା ପାଇଁ ଏପଟ ସେପଟ ହେଉଛି ।

କେବଳ ଅନ୍ୟର ବ୍ୟବହାର ନୁହେଁ, ନିଜର ବ୍ୟବହାର ପରେ ପରେ ମଧ୍ୟ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଚିନ୍ତା ମନକୁ ଆସିଥାଏ । ଧରାଯାଉ ଆପଣ ଗୋଟିଏ କାର୍ଯ୍ୟ କଲେ ଏବଂ ଏଥିରେ ସଫଳତା ଲାଭ କରି ପ୍ରଶଂସିତ ହେଲେ । ଏପରି କାହିଁକି ସମ୍ଭବ ହେଲା, ତାହାର କାରଣ ବିଷୟରେ ଆପଣଙ୍କର ଭାବନା ଆସିବ ନାହିଁକି ? ଠିକ୍ ସେହିପରି କୌଣସି କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣ ବିଫଳତାର ଶରବ୍ୟ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ବିଫଳତାର କାରଣ ସଂପର୍କରେ ଆପଣ ଚିନ୍ତା କରିବେ ।

କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଣିଷର ଏକ ଦୁର୍ବଳ ଦିଗ ରହିଛି । ଆମେ ନିଜର ସଫଳତାର କାରଣ ଚିନ୍ତା କରିବାରେ ଯେଉଁ ମାନଦଣ୍ଡ ବ୍ୟବହାର କରୁ ଅନ୍ୟର ସଫଳତାର କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ସମୟରେ ସେପରି ମାନଦଣ୍ଡ ପ୍ରୟୋଗ କରି ନ ଥାଉ । ଦୃଷ୍ଟାନ୍ତସ୍ୱରୂପ, ଆମେ କରିଥିବା ପ୍ରକଳ୍ପଟି (Project) ସଫଳ ହୋଇଥିଲେ ଆମେ ବିଚାର କରୁ ଯେ ଆମେ ବିଜ୍ଞ କିମ୍ବା ଦକ୍ଷ । ଅଥଚ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ସଫଳତା ହାସଲ କଲେ ଆମେ କାରଣ ଦର୍ଶାଉ ଯେ ସେ ଲୋକମାନଙ୍କର ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ ପାଇବାରୁ ଏପରି ସଫଳତା ହାସଲ କଲେ । ନିଜର ସଫଳତା ବିଚାର କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆମେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଗୁଣ ବା ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର କଥା

Digitized by srujanika@gmail.com

ବିଚାର କରିବା ମାନେ ଅନ୍ୟର ସଫଳତା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ବାହ୍ୟିକ ବା ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଅବସ୍ଥାର କଥା ବିଚାର କରୁ ।

ବିଫଳତା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ମଧ୍ୟ ଆମର କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ହୋଇଥାଏ । ନିଜର ବିଫଳତାର କାରଣ ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ଆମେ ବାହ୍ୟିକ ବା ପରିବେଶଗତ ଅସୁବିଧାକୁ ଦାୟୀ କରିଥାଉ । ଆମର ପିଲାମାନେ ସ୍କୁଲକଲେଜରେ ଭଲ ନ କଲେ ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ପରୀକ୍ଷା ପଦ୍ଧତିକୁ ଦୋଷ ଦେଉ । ଅଥଚ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଏପରି ବିଫଳତା କ୍ଷେତ୍ରରେ ସେମାନେ ନିର୍ବୋଧ କିମ୍ବା ଆଳସ୍ୟପରାୟଣ ବୋଲି ବିଚାର କରୁ । ବିଫଳତା ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଆମେ ନିଜ ପାଇଁ ବାହ୍ୟିକ ବା ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଦୁରବସ୍ଥା କାରଣ ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରୁ । ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ବିଫଳତା ପ୍ରସଙ୍ଗରେ ସେମାନଙ୍କର ଅବିଗୁଣ ବା ଅପାରଗତାର ଦ୍ୱାହି ଦେଇଥାଉ । କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣର ଏପରି ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ମାନସିକତାକୁ ନିମ୍ନ ସାରଣୀରେ ପ୍ରକାଶ କରାଯାଇପାରେ ।

	ସଫଳତା (ଭଲ କାର୍ଯ୍ୟ)	ବିଫଳତା (ଖରାପ କାର୍ଯ୍ୟ)
ନିଜର	ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଉପାଦାନ (ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଗୁଣ)	ବାହ୍ୟିକ ଉପାଦାନ (ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ଅସୁବିଧା)
ଅନ୍ୟର	ବାହ୍ୟିକ ଉପାଦାନ (ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ସହାୟତା)	ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ଉପାଦାନ (ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଦୋଷ ବା ଦୁର୍ଗୁଣ)

ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିବାର କଥା ଯେ ଉପର ସାରଣୀରେ ଦିଆଯାଇଥିବା କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ଆମେ ପ୍ରାୟତଃ ପ୍ରୟୋଗ କରୁ । ନିଜ ପାଇଁ ଏବଂ ଅନ୍ୟ ପାଇଁ ଆମେ ପୃଥକ୍ ପୃଥକ୍ ମାନଦଣ୍ଡ ପ୍ରୟୋଗ କରୁଥିବାରୁ ଏହା ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ । ଆମର କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉ ବା ଅନ୍ୟର କାର୍ଯ୍ୟ ହେଉ ଆମେ କାରଣ ବିଚାର କରିବା ସମୟରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ତଥା ବାହ୍ୟିକ ଉପାଦାନକୁ ବିଚାରକୁ ନେବା ଉଚିତ ପନ୍ଥା ।

ସୁସ୍ଥ ଓ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ସଂପର୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ମଧ୍ୟ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀର ପ୍ରାସଙ୍ଗିକତା ରହିଛି । ଧରାଯାଉ ଆପଣଙ୍କ ପତ୍ନୀ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରି ନାହାଁନ୍ତି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆପଣଙ୍କ ମନକୁ କେଉଁ କାରଣଟି ପ୍ରଥମେ ଆସିବ ? ସେ ପିଲାମାନଙ୍କ ଦାୟିତ୍ୱ ସମ୍ଭାଳିବା କାର୍ଯ୍ୟରେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହି ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ ଠିକ୍ ସମୟରେ କରିପାରିଲେ ନାହିଁ କିମ୍ବା ସେ ଆଳସ୍ୟପରାୟଣ ହୋଇଥିବାରୁ ଏପରି ଘଟିଲା ? ସେହିପରି ଆପଣଙ୍କ ପତି ବିବାହ ବାର୍ଷିକ ତିଥି ବା ତାରିଖଟି ଭୁଲିଯାଇଥିଲେ ଆପଣ ତାହାର କାରଣକୁ କେଉଁ ଦୃଷ୍ଟିରେ ବିଚାର କରିବେ ? ସେ ଏସବୁ ବିଷୟରେ ଖାମ୍‌ଖେୟାଲୀ ବୋଲି ବିଚାର କରିବେ କିମ୍ବା ସେ ସମୟର ଅଫିସ କାମର ଚାପ ଫଳରେ ଏପରି ଘଟିଲା ବୋଲି ଚିନ୍ତା କରିବେ ?

Digitized by srujanika@gmail.com

କହିବା ଅନାବଶ୍ୟକ ଯେ ପ୍ରିୟଜନର ଦୋଷତ୍ରୁଟିର କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣ ସମୟରେ ଆପଣ ବାହ୍ୟିକ (ଅବସ୍ଥାଗତ ବା ପରିବେଷ୍ଟନୀଗତ) ଅସୁବିଧାର କଥା ନିଜ ବିଚାର ପରିସର ମଧ୍ୟକୁ ଯେତେ ବେଶି ଆଣିବେ, ସଂପର୍କ ସେତିକି ଗତିମନ୍ତ ହେବ । ସମ୍ବେଦନଶୀଳ କାରଣ ବିଶ୍ଳେଷଣରେ ବ୍ୟକ୍ତି ପ୍ରିୟଜନର ଦୋଷତ୍ରୁଟି ଓ ବିଫଳତା ସମୟରେ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ ପ୍ରତିବନ୍ଧକର କଥା ହିଁ ଚିନ୍ତା କରନ୍ତି । ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରିୟଜନ ଆପଣଙ୍କ ଅନୁରୋଧ ରକ୍ଷା କରିପାରିନଥିଲେ ବାହାରର ଅସୁବିଧା ହିଁ ଏପରି ଅବସ୍ଥା ପାଇଁ ଦାୟୀ ବୋଲି ଭାବିନେବାରେ କେବଳ ଉଦାରତା ପ୍ରକଟିତ ହେବ ନାହିଁ, ଏହା ସଂପର୍କକୁ ଶ୍ରୀମୟ କରିବ ।

ସେହିପରି ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ସଫଳତା ବା କୃତିତାରେ ତାଙ୍କ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱର ଭଲ ଦିଗଟି ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ଜ୍ଞାପନ କରିବାକୁ ହେବ । ପତ୍ନୀ ଠିକ୍ ସମୟରେ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ସ୍କୁଲ ଯିବା ପାଇଁ ପ୍ରସ୍ତୁତ କରିପାରୁଥିଲେ ତାଙ୍କର କର୍ମନୈପୁଣ୍ୟ ଏହାର କାରଣ ବୋଲି ସୂଚନା ଦେବାକୁ ହେବ । ପତି ଘରକାମରେ ସହଯୋଗ କରୁଥିଲେ ତାଙ୍କର ସମ୍ବେଦନଶୀଳତା ପ୍ରତି ଆସ୍ଥାସୂଚକ ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେବାକୁ ପଡ଼ିବ ।

ସଫଳତା ବିଫଳତା ପ୍ରାୟ ପ୍ରତ୍ୟେକଙ୍କ ଜୀବନରେ ଲାଗିଥାଏ । ଆମେ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ସଫଳତା ବିଫଳତା ସମୟରେ ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେବାବେଳେ ଏହା କିପରି ଭାବରେ ସଂପର୍କକୁ ଅଧିକ ଦୃଢ଼ କରିବ, ସେ ଦିଗରେ ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହେବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ସଂପର୍କ-ସହାୟକ ଶୈଳୀରେ ଆମେ ପ୍ରିୟଜନର ବିଫଳତା ସମୟରେ ପାରିପାର୍ଶ୍ୱିକ କାରଣ ଏବଂ ସଫଳତା ସମୟରେ ଅନ୍ତର୍ନିହିତ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ଗୁଣ ଉପରେ ଆଲୋକପାତ କରିବା ବୁଦ୍ଧିମାନ୍‌ର କାର୍ଯ୍ୟ । ଆପଣଙ୍କ କାରଣ-ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ କେତେ ମାତ୍ରାର ଉପଯୋଗୀ ତାହା ନିମ୍ନ ପ୍ରଶ୍ନାବଳୀ ମାଧ୍ୟମରେ ସ୍ଥିର କରିପାରନ୍ତି ।

କାରଣ-ବିଶ୍ଳେଷଣ ଭଙ୍ଗୀ ପରଖି ନିଅନ୍ତୁ

ନିମ୍ନରେ କେତେଗୁଡ଼ିଏ ଘଟଣା ଦିଆଯାଇଛି । ପ୍ରତିଟି ଘଟଣା ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନରେ ଘଟିଥିବାର କଳ୍ପନା କରନ୍ତୁ । ପ୍ରତିଟି ଘଟଣାର ଦୁଇଟି ସମ୍ଭାବ୍ୟ କାରଣ ଦିଆଯାଇଛି । ଯେଉଁ କାରଣଟି ଆପଣଙ୍କ କ୍ଷେତ୍ରରେ ପ୍ରଯୁଜ୍ୟ ବୋଲି ଆପଣ ବିଚାର କରୁଛନ୍ତି, ସେହି କାରଣଟି ('କ' କିମ୍ବା 'ଖ') ଚିହ୍ନଟ କରନ୍ତୁ । ମନେରଖନ୍ତୁ ଯେ 'ପ୍ରିୟଜନ' ଶବ୍ଦଟି ଆପଣଙ୍କ ପତି/ପତ୍ନୀ କିମ୍ବା ଅନ୍ତରଙ୍ଗ ବନ୍ଧୁ ଅର୍ଥରେ ପ୍ରୟୋଗ କରାଯାଇଛି ।

୧. ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରିୟଜନ ଆପଣଙ୍କ ଜନ୍ମତାରିଖଟି ସେଦିନ ଭୁଲିଗଲେ ।

(କ) ସେ ସ୍ୱଭାବତଃ ଖାମଖେୟାଲୀ

(ଖ) ସେ କାର୍ଯ୍ୟର ଚାପ ଯୋଗୁଁ ଭୁଲିଗଲେ

Digitized by srujanika@gmail.com

୨. ଆପଣ ପଦୋନ୍ନତି ପାଇବା ଦିନ ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରିୟଜନ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇ ନ ଥିଲେ ।

(କ) ସେ ଅନ୍ୟମନସ୍କ ।

(ଖ) ଘରକାମରେ ସେ ଖୁବ୍ ବ୍ୟସ୍ତ ଥିଲେ ।

୩. ଆପଣଙ୍କୁ ଷ୍ଟେସନରୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ସେ ଆଣିପାରିଲେ ନାହିଁ ।

(କ) ସେ ତାଙ୍କର ବନ୍ଧୁ/ବାନ୍ଧବୀଙ୍କ ସହିତ ଗପୁ ଗପୁ ସମୟ ନିର୍ଘଣ୍ଟ ଭୁଲିଗଲେ

(ଖ) ସେ ଟ୍ରାଫିକ୍ ଭିଡ଼ରେ ପଡ଼ିଗଲେ ।

୪. ସେ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କୁ ଔଷଧ ଦେଲେ ନାହିଁ ।

(କ) ସେ ଅନ୍ୟମନା ।

(ଖ) ଘରେ ପିଲାମାନଙ୍କର କଥା ବୁଝିବାରେ ସେ ବ୍ୟସ୍ତ ରହିଗଲେ ।

୫. ଆପଣଙ୍କର ପ୍ରିୟଜନ ସହିତ ଆପଣଙ୍କର କଳି ହେଲା ।

(କ) ସେ କଳହପ୍ରିୟ ।

(ଖ) ତାଙ୍କର ସେଦିନ ମିଜାଜ ଖରାପ ଥିଲା ।

୬. ସେ ଇସ୍ତ୍ରି କରିବା ସମୟରେ ଆପଣଙ୍କର ଲୁଗା ନଷ୍ଟ କରିଦେଲେ ।

(କ) ସବୁବେଳେ ତାଙ୍କର କୌଣସିଥିରେ ଖାତିରି ନାହିଁ ।

(ଖ) ସେ ଖୁବ୍ କ୍ଳାନ୍ତ ଥିଲେ ।

୭. ଆପଣଙ୍କ ସହିତ ତାଙ୍କର କଥାବାର୍ତ୍ତା ରୁକ୍ଷ ଥିଲା ।

(କ) ସେ ଅମାର୍ଜିତ ।

(ଖ) ସେ ସମୟରେ ତାଙ୍କର ମିଜାସ୍ ଠିକ୍ ନ ଥିଲା ।

୮. ସେ ଆପଣଙ୍କୁ ମିଛ କହିଲେ ।

(କ) ସେ କଥାବାର୍ତ୍ତାରେ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଅନ୍ତି ନାହିଁ ।

(ଖ) ଆପଣ ବେଶି ରାଗିଯିବେ ବୋଲି ସେ ମିଛ କହିଲେ ।

୯. ସେ କାମଟି ସାରିପାରିଲେ ନାହିଁ ।

(କ) ସେ ଅପାରଗ ।

(ଖ) ସେ କରୁଥିବା କାମଟିରେ ନିପୁଣ ରହନ୍ତି ।

୧୦. ସେ ଉତ୍ସବଟିକୁ ଠିକ୍ ସମୟରେ ଆରମ୍ଭ କରିପାରିଲେ ନାହିଁ ।

(କ) ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ନାହିଁ ।

(ଖ) ସାଙ୍ଗଠନିକ (ଉତ୍ସବ ଆୟୋଜନ) କାମରେ ସେ କୁଶଳୀ ନୁହନ୍ତି ।

୧୧. ସେ ଖେଳଟିରେ ହାରିଗଲେ ।

(କ) ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ନାହିଁ ।

(ଖ) ସେ ଖେଳୁଥିବା ଖେଳଟିରେ ପାରଦର୍ଶୀ ନୁହନ୍ତି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୧୨. ସେ ବଜାର କରିବାକୁ ଯାଇ ଅଦରକାରୀ ଜିନିଷସବୁ କିଣିଆଣିଲେ ।
(କ) ସେ ବୁଦ୍ଧିହୀନ ।
(ଖ) ଟଙ୍କାପଇସା କାରବାରରେ ସେ ଅପାରଗ ।
୧୩. ସେ ଆପଣଙ୍କ ପାଇଁ ସୁସ୍ୱାଦୁ ଖାଦ୍ୟ ପ୍ରସ୍ତୁତ କଲେ ।
(କ) ସେ ରୋଷାଇ କାମରେ ଧୁରନ୍ଧର ।
(ଖ) ଭଲ ରୋଷାଇ ପାଇଁ ପରିବାରର ସମସ୍ତେ ସାହାଯ୍ୟ କରିଥିଲେ ।
୧୪. ସେ ଗୋଟିଏ ମଜାକଥା କହିଲେ ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନେ ଖୁବ୍ ହସିଲେ ।
(କ) ମଜାକଥାଟି ଠିକ୍‌ଭାବରେ କହିପାରିଥିଲେ ।
(ଖ) ସମସ୍ତେ ଖୁସି ମିଜାଜରେ ଥିଲେ ।
୧୫. ସେ ସଫଳତା ହାସଲ କଲେ ।
(କ) ସେ ଖୁବ୍ ଦକ୍ଷ ।
(ଖ) ସମସ୍ତେ ସାହାଯ୍ୟ ସହଯୋଗ କରିଥିଲେ ।
୧୬. ହାତକୁ ନେଇଥିବା କାର୍ଯ୍ୟଟିରେ ସେ ସଫଳତା ପାଇଲେ ।
(କ) ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟକୁଶଳତା ରହିଛି ।
(ଖ) ଭାଗ୍ୟ ତାଙ୍କ ସପକ୍ଷରେ ରହିଥିଲା ।
୧୭. ସେ ନିର୍ବାଚନରେ ଜିତିଲେ ।
(କ) ସେ ଲୋକପ୍ରିୟ ।
(ଖ) ସେତେବେଳେ ଘଟଣାସବୁ ତାଙ୍କ ସପକ୍ଷରେ ଗଲା ।
୧୮. ସେ ସୁନ୍ଦର ଭାଷଣଟିଏ ଦେଲେ ।
(କ) ସେ ଜଣେ ସୁବକ୍ତା ।
(ଖ) ଲୋକମାନେ ପ୍ରଶଂସା କରିବାର ମିଜାଜର ଥିଲେ ।
୧୯. ସେ ସମସ୍ୟାଟିର ସମାଧାନ କରିପାରିଲେ ।
(କ) ସେ ସଦାସର୍ବଦା ବୁଦ୍ଧିମାନ୍ ।
(ଖ) ସମସ୍ୟାର ସମାଧାନ ପାଇଁ ଅନ୍ୟମାନେ ସାହାଯ୍ୟ କଲେ ।
୨୦. ସେ ନିଜ ସପକ୍ଷରେ ଅକାଟ୍ୟ ଯୁକ୍ତି ବାଢ଼ିପାରିଲେ ।
(କ) ସେ ଜ୍ଞାନୀ ବ୍ୟକ୍ତି ।
(ଖ) ଯୁକ୍ତି ସମୟରେ ଅନ୍ୟମାନେ ତାଙ୍କୁ ସମର୍ଥନ କରିଗଲେ ।
୨୧. ସେ ଅର୍ଥ ବିନିଯୋଗ କରି ବେଶ୍ ଲାଭବାନ୍ ହେଲେ ।
(କ) ସେ ପାରଦର୍ଶୀ
(ଖ) ଟଙ୍କାପଇସା କାରବାରରେ ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ରହିଛି ।

Digitized by srujanika@gmail.com

୨୨. ସେ ଟେନିସ୍ ଖେଳରେ ଜିତିଲେ ।
(କ) ସେ ଖେଳରେ ପାରଙ୍ଗମ ।
(ଖ) ସେ ଟେନିସ୍ ଖେଳରେ ପାରଙ୍ଗମ ।

୨୩. ସେ ପିଲାମାନଙ୍କୁ ଠିକ୍ ସ୍କୁଲରେ ଭର୍ତ୍ତି କଲେ ।
(କ) ତାଙ୍କର ଅନ୍ତର୍ଦୃଷ୍ଟି ରହିଛି ।
(ଖ) ପିଲାମାନଙ୍କର ଶିକ୍ଷାଦୀକ୍ଷା ନେଇ ସେ ବେଶ୍ ବିଚାରଶୀଳ ।

୨୪. ତାଙ୍କର କାର୍ଯ୍ୟପାଇଁ ଲୋକମାନେ ତାଙ୍କୁ ପ୍ରଶଂସା କଲେ ।
(କ) ସେ ଜଣେ କାମିକା ଲୋକ ।
(ଖ) କରିଥିବା କାମଟିରେ ତାଙ୍କର ଦକ୍ଷତା ଥିଲା ।

ଆପଣଙ୍କ ପିଲାଙ୍କର ବ୍ୟାଖ୍ୟା

ଆପଣ ୧ ନମ୍ବରରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ୧୨ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ କେତୋଟି 'ଖ' କାରଣ ଚିହ୍ନିତ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ସ୍ଥିର କରନ୍ତୁ । ସେହିପରି ୧୩ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟରୁ ଆରମ୍ଭ କରି ୨୪ ନମ୍ବର ବାକ୍ୟ ପାଇଁ କେତୋଟି 'କ' କାରଣ ଚିହ୍ନିତ କରିଛନ୍ତି, ତାହା ସ୍ଥିର କରନ୍ତୁ । ଏ ଦୁଇଟି ଫଳାଙ୍କକୁ (scores) ମିଶାଇ ଦିଅନ୍ତୁ । ଏହି ମିଶାଣ ଫଳ '୦'ରୁ '୨୪' ମଧ୍ୟରେ ରହିବ । ନିମ୍ନମତେ ଆପଣଙ୍କ ଫଳାଙ୍କର ବ୍ୟାଖ୍ୟା କରିପାରନ୍ତି ।

୬ କିମ୍ବା ତା'ଠାରୁ କମ୍	*ଶୈଳୀ ସଂପର୍କ ସହାୟକ ନୁହେଁ*
୭ରୁ ୧୨	*କମ୍ ପରିମାଣରେ ସଂପର୍କ ସହାୟକ*
୧୩ରୁ ୧୮	*ବେଶି ପରିମାଣର ସଂପର୍କ ସହାୟକ*
୧୯ରୁ ଅଧିକ	*ଖୁବ୍ ବେଶି ପରିମାଣର ସଂପର୍କ ସହାୟକ*

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଦାମ୍ପତ୍ୟ ପ୍ରେମ : ଅନୁରାଗ ଓ ଅନୁଶାସନ

ସୁଖ ଓ ସହୃଦୟତାର ସହ ଏକତ୍ର ଜୀବନଯାପନ କରିବାର ପ୍ରଥମ ମନ୍ତ୍ର ହେଉଛି ଆଦର୍ଶବାଦ ଓ ବାସ୍ତବବାଦର ଏକ ମଧୁର ସମନ୍ୱୟ । ଅନେକଙ୍କର ଧାରଣା ଯେ ଅଧିକାଂଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ଆରମ୍ଭରେ ସ୍ୱପ୍ନ ଥାଏ, କଳ୍ପନାପ୍ରବଣତା ଥାଏ ଏବଂ ଆଦର୍ଶବାଦ ରହିଥାଏ । ମାତ୍ର କ୍ରମଶଃ ନିତିଦିନିଆ ଜୀବନର ସମସ୍ୟା, ବାଧାବିଘ୍ନ ଓ ଘାତପ୍ରତିଘାତର ଅନୁଭବ ଆଦର୍ଶବାଦକୁ ଧୂଳିସାତ୍ କରେ । ଦାମ୍ପତ୍ୟ ସମ୍ପର୍କର ମଧୁରତା ଅପସରି ଯାଏ । କେବଳ ଆଦର୍ଶବାଦକୁ ଏବଂ ରୋମାଣ୍ଟିକ୍ ଭାବନାକୁ ଦୀର୍ଘଦିନ ଧରି ଆପଣାଇ ନେଇଥିବା ଲୋକମାନେ ସୁଖମୟ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର ଅଧିକାରୀ ହୁଅନ୍ତି ବୋଲି ବହୁତ ଲୋକଙ୍କର ଦୃଢ଼ ଧାରଣା ରହିଛି ।

ମାତ୍ର ବିଜ୍ଞାନ-ସମ୍ମତ ଗବେଷଣାରୁ ଦେଖାଯାଇଛି ଯେ ସୁଖମୟ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନ ପାଇଁ ଆଦର୍ଶବାଦ ଓ ବାସ୍ତବବାଦର ଏକ ସମନ୍ୱୟ ଆବଶ୍ୟକ । ପ୍ରଥମଟି ହେଉଛି ଆଦର୍ଶବାଦ । ପତିପତ୍ନୀଙ୍କ ମଧ୍ୟରୁ ପ୍ରତ୍ୟେକ ଅନ୍ୟର ଗୁଣ ଓ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱକୁ ଅଧିକ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ସହୃଦୟତାର ସହିତ ଦେଖନ୍ତି । ନିଜଠାରୁ ପତି ବା ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ଅଧିକ ଭଲ ପାଆନ୍ତି । ଅନ୍ୟ ଭାବରେ କହିଲେ ଏପରି ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ ହେଉଛି ଜନନୀର ଦୃଷ୍ଟିକୋଣ । ମା' ଶିଶୁକୁ ନିଃସ୍ୱାର୍ଥପର ଭାବରେ ଭଲ ପାଏ । ମା'ର ପ୍ରେମ ନିଃସର୍ତ୍ତ ପ୍ରେମ । ମା'ଶିଶୁର ଦୋଷଗୁଣ ଦେଖି ନ ଥାଏ । ଆଖିବୁଜି ଭଲପାଏ । ଠିକ୍ ସେହିପରି ଦାମ୍ପତ୍ୟ ପ୍ରେମରେ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣର ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସ୍ୱଭାବକୁ ଖୁବ୍ ବେଶି ଭଲପାଏ । ସନ୍ତାନର ଦୋଷତ୍ରୁଟି ମା' ଆଖିରେ ଧରା ନ ପଡ଼ିଲା ପରି ଜଣଙ୍କର ଦୋଷତ୍ରୁଟି ଅନ୍ୟ ଆଖିରେ ଧରା ପଡ଼ି ନ ଥାଏ । ଅନୁରାଗର ବଳୟ ମଧ୍ୟରେ ଏପରି ଏକ ଆଦର୍ଶବାଦ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନକୁ ସୁଖର ପ୍ରଲେପ ଦିଏ ।

ପ୍ରତ୍ୟେକ ବ୍ୟକ୍ତିର ନିଜ ସମ୍ପର୍କରେ କିଛି ଧାରଣା ଥାଏ । ଏପରି ଧାରଣା ମୁଖ୍ୟତଃ ସକାରାତ୍ମକ । ବ୍ୟକ୍ତିର ଭଲ ଗୁଣ ରହିଛି । ସେ ଜୀବନରେ ଭଲ କାମ କରିଛି ଏବଂ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କର ଉପକାର କରିଛି – ଏପରି ଧାରଣା ରହିଥାଏ । ଆଉ ଗୋଟିଏ ମାନବୀୟ ଦୁର୍ବଳତା ହେଉଛି ଯେ ତା'ର ଏପରି ସୁଗୁଣ ଓ ସୁକାର୍ଯ୍ୟର ବର୍ଣ୍ଣନା ସେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କ ମୁଖରୁ ଶୁଣିବାକୁ ଚାହେଁ । ପୁଣି ନିଜର ପ୍ରିୟଜନ ଏପରି ପ୍ରଶଂସା କଲେ ସେ ବେଶି ଖୁସି ହୋଇଥାଏ । ଏ ଦୃଷ୍ଟିରୁ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନରେ ପତ୍ନୀ ପତିଠାରୁ ପ୍ରଶଂସାମୂଳକ ମନ୍ତବ୍ୟ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଲାଭ କରିବା ଏବଂ ପତି ପତ୍ନୀଠାରୁ ପ୍ରଶଂସାସୂଚକ ସମର୍ଥନ ଲାଭ କରିବା ସମ୍ପର୍କକୁ ଗଭୀର ଓ ସୁଖମୟ କରିଥାଏ । ଆମେ ନିଜକୁ ଯେପରି ଭାବୁ ଆମର ପ୍ରିୟଜନ ସେପରି ଭାବନାକୁ ସମର୍ଥନ କରିବାର ଭାବଭଙ୍ଗୀ ଦେଖାଇଲେ ପାରସ୍ପରିକ ସମ୍ପର୍କ ନିବିଡ଼ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ।

ସୁସ୍ଥ ଓ ସୁଖମୟ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ପ୍ରେମରେ ଅନୁରାଗର ବିନିମୟ ସହିତ ଆଉ ଗୋଟିଏ ଉପାଦାନର ସମନ୍ୱୟ ଆବଶ୍ୟକ ବୋଲି ବିଶେଷଜ୍ଞମାନେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କରିଛନ୍ତି । ତାହା ହେଉଛି ବାସ୍ତବତାଧର୍ମୀ ଅନୁଶାସନର ଭୂମିକା ।

ପତି ବା ପତ୍ନୀଙ୍କ ପ୍ରତି ଅନୁରାଗ ବ୍ୟକ୍ତ କରିବା ସଙ୍ଗେ ସଙ୍ଗେ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ ଅନୁଶାସନର ପ୍ରୟୋଗ ପ୍ରତି ଧ୍ୟାନଶୀଳ ହେବାକୁ ପଡ଼ିବ । ପତି ହୁଅନ୍ତୁ ଅଥବା ପତ୍ନୀ ହୁଅନ୍ତୁ, ଦୈନନ୍ଦିନ ଜୀବନରେ ଦୋଷତ୍ରୁଟିର ଶରବ୍ୟ ହେବା ସ୍ୱାଭାବିକ ପ୍ରକ୍ରିୟା । ମଦ୍ୟପାନ, ନିଶାଦ୍ରବ୍ୟର ବ୍ୟବହାର, ଅର୍ଥର ଅପବ୍ୟବହାର ଏବଂ ଅନ୍ୟସବୁ ତ୍ରୁଟିପୂର୍ଣ୍ଣ ବ୍ୟବହାର ଜୀବନରେ ଆସିପାରେ । ସୁତରାଂ ପ୍ରିୟଜନର ଏପରି ସ୍ଖଳନକୁ ସମର୍ଥନ ନ ଜଣାଇ ଉଚିତ ଭାବରେ ପରିବର୍ତ୍ତନ କରାଯିବା ବାଞ୍ଛନୀୟ । ତେଣୁ ପତ୍ନୀଙ୍କୁ ବାସ୍ତବବାଦୀ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ନେଇ ଅନୁଶାସନର ମାର୍ଗ ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ୟର ମଙ୍ଗଳ ପାଇଁ ଓ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନର କଲ୍ୟାଣ ପାଇଁ ଉପଦେଶକର ଭୂମିକା ଗ୍ରହଣ କରିବାକୁ ହେବ ।

ପୁଣି ଅନୁରାଗ ଓ ଅନୁଶାସନକୁ ଯୋଡ଼ିବା ସମୟରେ ସମ୍ପର୍କ ବିକାଶର କେଉଁ ସ୍ତରରେ କେଉଁ ଉପାଦାନଟିକୁ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯିବ, ସେ ସମ୍ପର୍କରେ ଜ୍ଞାନ ଥିବା ପ୍ରୟୋଜନ, ଗବେଷକମାନଙ୍କ ମତରେ ବିବାହିତ ଜୀବନର ଆଦ୍ୟ ଭାଗରେ ଅନୁରାଗକୁ ଅଧିକ ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯିବା ଆବଶ୍ୟକ । ପତି ଓ ପତ୍ନୀ ପରସ୍ପର ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧାପୂର୍ଣ୍ଣ ମନୋବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରି ପରସ୍ପରକୁ ଅଧିକ ପ୍ରଶଂସା କରିବେ । ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ଆଦର୍ଶବାଦର ଅଧିକାରୀ ହେବେ । ମାତ୍ର ସଂପର୍କ କ୍ରମଶଃ ପରିପକ୍ୱ ହେବାକୁ ଆରମ୍ଭ କରିବା ସମୟଠାରୁ ବାସ୍ତବବାଦୀ ଦୃଷ୍ଟିଭଙ୍ଗୀ ଗ୍ରହଣ କରିବେ । ପ୍ରକୃତରେ ପତିଙ୍କର ଦୋଷ ଦୁର୍ବଳତା ରହିଥିଲେ ତାହା ସୂଚାଇବେ, ଏହାର ସଂଶୋଧନ ଦିଗରେ ପରାମର୍ଶ ଦେବେ ଏବଂ ସ୍ଥଳବିଶେଷରେ କିଛିଟା କଠୋରତା ପ୍ରକାଶ କରିବେ ।

ନିରପେକ୍ଷ ଭାବରେ ପର୍ଯ୍ୟବେକ୍ଷଣ କରି ଦୋଷତ୍ରୁଟିର ଆକଳନ କରିବେ ଏବଂ ନିରବ ନ ରହି ପ୍ରକାଶ କରିବେ । ଧରାଯାଉ ସ୍ୱାମୀ ମଦ ନିଶାରେ ଆସକ୍ତ ରହୁଛନ୍ତି, ପତ୍ନୀ ଏ ଦିଗ ପ୍ରତି ଦୃଷ୍ଟି ଆକର୍ଷଣ କରି ସଂଶୋଧନର ମାର୍ଗ ସୂଚାଇବେ । ପୂର୍ବର ଅନୁରାଗକୁ ପୂରାପୂରି ଜଳାଞ୍ଜଳି ନ ଦେଇ ଅନୁଶାସନର ମନୋବୃତ୍ତି ଗ୍ରହଣ କରିବେ । ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନକୁ ଅଧିକ ସମୟ ଓ ଦୀର୍ଘଦିନ ପାଇଁ ସୁଖମୟ କରିବାକୁ ହେଲେ ଅନୁରାଗ ଏବଂ ଅନୁଶାସନର ଏପରି ଏକ ସୁଚିନ୍ତିତ ମିଶ୍ରଣ ଏକାନ୍ତ ଆବଶ୍ୟକ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ସୂକ୍ଷ୍ମ ଭାବରେ ଲକ୍ଷ୍ୟ କଲେ ଦେଖାଯିବ ଯେ ଆଦର୍ଶବାଦର ଅନୁଗତ ହୋଇ ପତିଙ୍କୁ କେବଳ ଶ୍ରଦ୍ଧାପୂର୍ଣ୍ଣ ଆଚରଣ ଦର୍ଶାଇବା କ୍ଷତିକାରକ ହୋଇଥାଏ । ସଂପର୍କ ରାସ୍ତାରେ କିଛିଦିନ ଯିବା ପରେ ପରସ୍ପରର ସବଳତା ଓ ଦୁର୍ବଳତା ପ୍ରତି ସଚେତନଶୀଳତା ପ୍ରୟୋଜନ ହୁଏ । ପରସ୍ପରର ସାମର୍ଥ୍ୟ ଓ ଅସାମର୍ଥ୍ୟ ଜାଣିବା ପରେ ବୁଝାମଣା ଅଧିକ ନିବିଡ଼ ହୁଏ । ମନେକରାଯାଉ ଜଣେ ଅଯଥା ସମୟର ଅପଚୟ କରୁଛି । ଅଥଚ ଅନ୍ୟ ଜଣେ ସେ ଦିଗ ପ୍ରତି ନିରବ ରହି ନିଜର ସଂପ୍ରୀତି ଦର୍ଶାଉଛି । ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଆଗାମୀ ଭବିଷ୍ୟତରେ ନିଶ୍ଚିତ ଭାବରେ ସମସ୍ୟା ଉପୁଜିବ । ସୁତରାଂ ଜଣେ ଅନ୍ୟ ଜଣଙ୍କର ଉପଦେଶକ ହିସାବରେ ମାର୍ଗ ଦର୍ଶନ କରିବେ । ଏହା ଫଳରେ ପରସ୍ପର ମଧ୍ୟରେ ଦାୟିତ୍ୱ ଜାଣିବା ଏବଂ ନିଜର କର୍ତ୍ତବ୍ୟକୁ ଗ୍ରହଣ କରିନେବାର ମାନସିକତା ସୃଷ୍ଟି ହେବ ।

ଅବଶ୍ୟ ଅନୁଶାସନ କରିବା ପ୍ରକ୍ରିୟାରେ ସଂପ୍ରୀତିକୁ ପୂରାପୂରି ଜଳାଞ୍ଜଳି ଦିଆଯିବ ନାହିଁ । ମୋଟାମୋଟି ଭାବରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ସଂପ୍ରୀତି ପ୍ରକଟ କରାଯିବ । ଅଥଚ ଯେଉଁ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଦୁର୍ବଳତା ବା ଅସାମର୍ଥ୍ୟ ରହିଛି ସେ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଗଠନମୂଳକ ସମାଲୋଚନା ମଧ୍ୟ କରାଯିବ । ଏପରି ଏକ ସମନ୍ୱୟ ଦାମ୍ପତ୍ୟ ଜୀବନକୁ ସୁନ୍ଦର କରିବ । ଆମେ ପୂରାପୂରି ଭାବରେ ତ୍ରୁଟିଶୂନ୍ୟ ନ ହେଲେ ମଧ୍ୟ ଏକାଠି ସୁଖମୟ ଜୀବନ ଯାପନ କରିବାର ନିବିଡ଼ ସମ୍ପର୍କ ସ୍ଥାପନ କରିବାରେ ବିଶେଷ ବାଧା ନାହିଁ, ଏହା ଉପଲବ୍ଧ ହେବ । ଅନୁରାଗ ଓ ଅନୁଶାସନର ସମାବେଶ ସମ୍ପର୍କକୁ ମଧୁର ରୂପ ଦେବ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ଶ୍ରଦ୍ଧା-ଜ୍ଞାପନର ପାରିବାରିକ ସଂସ୍କୃତି

ଉନ୍ନତ ସଂପର୍କ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନର ବିକାଶ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ବିଂଶ ଶତକରେ ନକାରାତ୍ମକ ଉପାଦାନର ପ୍ରତିରୋଧ ଉପରେ ଅଧିକ ଗୁରୁତ୍ୱ ଦିଆଯାଇଛି । ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ସଂଘର୍ଷର ବିଲୋପ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱର ସମାଧାନ ଓ ତିକ୍ତ ଅନୁଭବର ଅପସାରଣ ଉପରେ ବେଶି ପ୍ରାଧାନ୍ୟ ଦିଆଯାଇଛି । କିନ୍ତୁ ଏକବିଂଶ ଶତକର ପ୍ରାରମ୍ଭରେ ବିଶ୍ୱାସ କ୍ରମଶଃ ଘନୀଭୂତ ହେଉଛି ଯେ ସୁସ୍ଥ ଓ ସୁଖମୟ ସଂପର୍କର ବିକାଶ ଲାଗି ସକାରାତ୍ମକ ଉପାଦାନସମୂହର ଅଙ୍କୁରଣ ଓ ସଂପ୍ରସାରଣ ଅଧିକ ପ୍ରଭାବଶୀଳ ।

ଏ କ୍ଷେତ୍ରରେ କେତେକ ବିଧିବଦ୍ଧ ଗବେଷଣା ନୂତନ ଦିଗ୍‌ଦର୍ଶନ ପ୍ରଦାନ କରିଛି । ବିଶେଷତଃ ଜନ୍ ଗଟମ୍ୟାନ ନାମକ ଜଣେ ମନସ୍ତତ୍ତ୍ୱବିଦ୍‌ଙ୍କ ''ପ୍ରେମ-ଗବେଷଣାଗାର''ର (love lab) ପରିକଳ୍ପନା ଏବଂ ଏଥିରୁ ସଂଗ୍ରହ କରାଯାଇଥିବା କେତେକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ଉନ୍ନତ ପାରିବାରିକ ଜୀବନ ପାଇଁ ଖୁବ୍ ଉପାଦେୟ । ଜନ୍ ଗଟମ୍ୟାନ୍ ନିଜର କର୍ମସ୍ଥଳୀ ୱାଶିଂଟନ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟ ନିକଟରେ ଗୋଟିଏ ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟ ସୌଧରେ ଦୀର୍ଘଦିନ କେତେକ ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା ଚଳାଇଲେ । ଏହି ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟରେ ଶତାଧିକ ବିବାହିତ ଦମ୍ପତି ବସବାସ କରନ୍ତି । ସେମାନଙ୍କ ଅନୁମତି ନିଆଯାଇ ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟରେ ଭିଡ଼ିଓ କ୍ୟାମେରା ଖଞ୍ଜାଗଲା । କେବଳ ଗୋପନୀୟ ବ୍ୟକ୍ତିଗତ ମୁହୂର୍ତ୍ତସବୁକୁ ବାଦ୍‌ଦେଇ ଅନ୍ୟ ସମୟର କଥାବାର୍ତ୍ତା, ଚାଲିଚଳଣ ଦୈନନ୍ଦିନ ରୁଟିନ ଏବଂ ପାରସ୍ପରିକ କ୍ରିୟା ଅନୁକ୍ରିୟା (Interaction) ରେକର୍ଡ କରାଗଲା । ଗଟ୍‌ମ୍ୟାନ୍ କେତେକ ବିବାଦୀୟ ବିଷୟବସ୍ତୁ ଉପରେ ପତିପତ୍ନୀଙ୍କୁ ଆଲୋଚନା କରିବା ସମାଧାନ ବାହାର କରିବା ଏବଂ ଭାବାବେଗ ପ୍ରକାଶ କରିବାର ସୁଯୋଗ ଦେଲେ ।

ଦୀର୍ଘ ଦିନ ଧରି ପ୍ରାକୃତିକ ପରିବେଶ ମଧ୍ୟରେ ଚାଲୁ ରହିଥିବା ଏହି ପରୀକ୍ଷା ନିରୀକ୍ଷା ମାଧ୍ୟମରେ ଲୋକମାନଙ୍କର ହର୍ଷବିଷାଦ, ସୁସ୍ଥତା-ଅସୁସ୍ଥତା ଏବଂ ଭଲମନ୍ଦର ପରିମାପ ମଧ୍ୟ କରାଯାଉଥିଲା । ମାନସିକ ପ୍ରସନ୍ନତା ଅପ୍ରସନ୍ନତାର ପରିମାପ କେବଳ ପ୍ରଶ୍ନୋତ୍ତର ମଧ୍ୟରେ ସୀମିତ ନ ଥିଲା । ଆପାର୍ଟମେଣ୍ଟରେ ରହୁଥିବା ଲୋକମାନଙ୍କ ରକ୍ତଚାପ, ମସ୍ତିଷ୍କତରଙ୍ଗ, ହୃଦ୍‌ଯନ୍ତ୍ରର କ୍ରିୟାକଳାପ ଏବଂ ଅନ୍ୟ କେତେକ ସ୍ୱାସ୍ଥ୍ୟ-ସୂଚକ ଉପାଦାନସମୂହର ବିବରଣୀ ମଧ୍ୟ ସଂଗ୍ରହ କରାଗଲା ।

Digitized by srujanika@gmail.com

'ଦିନଟି ଭଲରେ କଟିଛି' - ଏହା କହିବା ମୂଳରେ କେଉଁସବୁ ଉପାଦାନ ସକ୍ରିୟ ରହିଛି, ତାହାର ନିର୍ଦ୍ଧାରଣ କରିବା ଗଟ୍‌ମ୍ୟାନଙ୍କ ପରୀକ୍ଷାର ମୁଖ୍ୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ଥିଲା । ଏକାଧିକ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ମଧ୍ୟରୁ ଯେଉଁ ସିଦ୍ଧାନ୍ତଟି ସବୁଠାରୁ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ତାହା ହେଉଛି - ଗୋଟିଏ ଖରାପ ମନ୍ତବ୍ୟ ଏକାଧିକ ଭଲ ମନ୍ତବ୍ୟର ସୁପ୍ରଭାବକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରେ । ଏ ପରିପ୍ରେକ୍ଷୀରେ ଗଟ୍‌ମ୍ୟାନ ଗୋଟିଏ ମେଜିକ୍ ଅନୁପାତର ଆବିଷ୍କାର କଲେ । ଏହି ମେଜିକ୍ ଅନୁପାତର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ହେଉଛି ଯେ ଗୋଟିଏ ଖରାପ ମନ୍ତବ୍ୟର କୁପ୍ରଭାବକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ ପାଞ୍ଚୋଟି ଭଲ ମନ୍ତବ୍ୟ ଆବଶ୍ୟକ ।

ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବୁଝିବା ବେଶି କଷ୍ଟକର ନୁହେଁ । ସୁସ୍ଥ ପାରିବାରିକ ପରିବେଶ ପାଇଁ ଯଥାସମ୍ଭବ ସକାରାତ୍ମକ ଉପାଦାନ ବୃଦ୍ଧି କରିବାକୁ ହେବ । ଅନ୍ୟ ପ୍ରତି ଶ୍ରଦ୍ଧା ପ୍ରକଟ କରିବା, ଅନ୍ୟର ସଫଳତା ପାଇଁ ପ୍ରଶଂସା ଜ୍ଞାପନ କରିବା ଏବଂ ସହାସ୍ୟ ବଦନରେ ଅନ୍ୟମାନଙ୍କୁ ପ୍ରୋତ୍ସାହନ ଦେବା ଏହି ସିଦ୍ଧାନ୍ତର ପ୍ରୟୋଗାତ୍ମକ ଦିଗ । ବିଶେଷତଃ ନିଜର ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ସହିତ ଭଲ ସଂପର୍କର ଅଙ୍କୁରଣ ଓ ବିକାଶ ପାଇଁ ପରିବାରରେ ଶ୍ରଦ୍ଧା-ଜ୍ଞାପନର ସଂସ୍କୃତି ବଜାୟ ରଖିବାକୁ ହେବ ।

ବିଶେଷତଃ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ସଫଳତାର ଖବର ପାଇବା ପରେ ଆମେ କିପରି ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ପ୍ରକାଶ କରୁଛୁ, ତାହା ଅନୁକୂଳ କିମ୍ବା ପ୍ରତିକୂଳ ସଂସ୍କୃତି ନିର୍ମାଣ କରେ । ଆମେ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଖୁସିରେ ଅତି ଉଲ୍ଲସିତ ହୋଇ ଗଠନମୂଳକ ମନ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରକାଶ କରିପାରୁ । ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଅପେକ୍ଷା ଆମେ ଅଧିକ ଖୁସି, ଏହା ଆମ କଥା ଓ କାର୍ଯ୍ୟରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହୋଇପାରେ । ଏହାହିଁ ଉଚିତ ମାର୍ଗ ।

ଅନ୍ୟ ପକ୍ଷରେ ଆମର ପ୍ରତିକ୍ରିୟା ନକାରାତ୍ମକ ହୋଇପାରେ । ହୁଏତ ଉପର ଠାଉରିଆ ଭାବରେ ଆମର ଖୁସି ବ୍ୟକ୍ତ କରୁ । କେବଳ 'ଭଲ କଥା' ବୋଲି ସଂକ୍ଷିପ୍ତ ମନ୍ତବ୍ୟଟିଏ ଦେଇ ନିରବତା ରକ୍ଷା କରୁ । ଅନ୍ୟ କେତେକ ସ୍ଥଳରେ ଇଙ୍ଗିତପୂର୍ଣ୍ଣ ମନ୍ତବ୍ୟ ଦେଇଥାଉ । 'ପଦୋନ୍ନତି ପାଇ ଭଲ ହେଲା ଯେ ମାତ୍ର ଘର କାମ ପାଇଁ ଆଉ ସମୟ ମିଳିବ ନାହିଁ' - ଏପରି ଏକ ମନ୍ତବ୍ୟ ପ୍ରକୃତରେ ନକାରାତ୍ମକ । ପୁଣି କେତେକ ନକାରାତ୍ମକ ମନ୍ତବ୍ୟରେ ଆମର ଘୃଣା, ଅସୂୟା ଓ ବିଦ୍ରୋହ ସିଧାସଳଖ ପ୍ରକାଶ ପାଇଥାଏ ।

ସଫଳ ସମ୍ପର୍କର ମୂଳଭିତ୍ତି ହେଉଛି ସକାରାତ୍ମକ ଘଟଣାସବୁକୁ ମୂଳଧନର ମର୍ଯ୍ୟାଦା ଦେଇ ଯଥାସମ୍ଭବ ବୃଦ୍ଧି କରିବାର ମନୋବୃତ୍ତି । ପ୍ରଶଂସା କରିବା, ଉତ୍ସାହ ଦେବା, ମନନଶୀଳତାର ସହିତ ଶୁଣିବା, କଥାବାର୍ତ୍ତାକୁ ଦୀର୍ଘତର କରିବା ପାଇଁ ଆନୁଷଙ୍ଗିକ ପ୍ରଶ୍ନ ପଚାରିବା, ସହାସ୍ୟ ବଦନରେ ଅଭିନନ୍ଦନ ଜଣାଇବା, ଏକାଠି ଛୁଟି କଟାଇବା ଏବଂ ଏହିପରି ସବୁ ପ୍ରୀତିପ୍ରଦ ଘଟଣାର ପୁନରାବୃତ୍ତିର ପ୍ରୟାସ ଉନ୍ନତ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ ଗୁରୁତ୍ୱପୂର୍ଣ୍ଣ ଭୂମିକା ନେଇଥାଏ ।

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନେରଖନ୍ତୁ

- ଗୋଟିଏ ନକାରାତ୍ମକ ଅନୁଭବର କୁପ୍ରଭାବକୁ ନିଷ୍କ୍ରିୟ କରିବା ପାଇଁ ଅନ୍ତତଃ ପାଞ୍ଚୋଟି ସକାରାତ୍ମକ ଘଟଣାର ଆବଶ୍ୟକତା ରହିଛି – ଏହା ଏକ ଗବେଷଣାଲବ୍ଧ ସିଦ୍ଧାନ୍ତ ।
- ସୁତରାଂ ସକାରାତ୍ମକ ବା ସୁଘଟଣାକୁ ମୂଳଧନ ମନେକରି ଯଥାସମ୍ଭବ ଏହା ବଢ଼ାଇ ଚାଲନ୍ତୁ । ଶ୍ରଦ୍ଧା ଓ ପ୍ରଶଂସା ପ୍ରକଟ କରିବା ମାଧ୍ୟମରେ ଆପଣ ଅନୁକୂଳ ପାରିବାରିକ ପରିବେଶ ଗଠନ କରିପାରିବେ । ପ୍ରିୟଜନ (ପତି)ଙ୍କ ସଂପର୍କରେ ସୁଖବର (ସଫଳତାର ଘଟଣା) ପାଇବା ପରେ :
- ମନଖୁସିରେ ଓ ଆନନ୍ଦ ଉଲ୍ଲାସରେ ଘଟଣାଟିର ସକ୍ରିୟ ଶ୍ରବଣ କରନ୍ତୁ ।
- ଘଟଣାଟିର ତାତ୍ପର୍ଯ୍ୟ ବୁଝିବାର ପ୍ରଯତ୍ନ କରନ୍ତୁ । ଘଟଣାଟି ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଜୀବନ, ଆପଣଙ୍କ ଜୀବନ ଓ ପାରିବାରିକ ଜୀବନରେ କି ସୁପ୍ରଭାବ ପକାଇବ ତାହାର ମର୍ମ ବୁଝନ୍ତୁ ।
- ସେ ଆପଣଙ୍କୁ କହିଲାବେଳେ ଯେପରି ଖୁସି ଅନୁଭବ କରୁଛନ୍ତି, ଆପଣ ମଧ୍ୟ ଅନୁରୂପ ଖୁସି ଅନୁଭବ କରନ୍ତୁ । ଆପଣ ତାଙ୍କଠାରୁ ଅଧିକ ଖୁସି, ଏହା ଆପଣଙ୍କ ମନ ଓ ଶରୀରର ଅଙ୍ଗଭଙ୍ଗୀରେ ପ୍ରତିଫଳିତ ହେଉ ।
- ଆପଣ ସହାସ୍ୟ ବଦନରେ "ବାଃ ! ଚମତ୍କାର, କି ଖୁସିର କଥା" – ଏହିପରି ସବୁ ଅଭିବ୍ୟକ୍ତି ଆପଣଙ୍କ ତୁଣ୍ଡରେ ବାରମ୍ବାର ଉଚ୍ଚାରିତ ହେଉ ।
- କେବେ ଏ କଥା ଜାଣିଲ ? କେମିତି ଏହା ସମ୍ଭବ ହେଲା ? ମୋତେ ଟିକିନିଖି କରି କୁହ – ଏହିପରି ଗଠନମୂଳକ ପ୍ରଶ୍ନ ଓ ମନ୍ତବ୍ୟ ଅଧିକ ମାତ୍ରାରେ ପ୍ରକାଶ ପାଉ ।
- ମନେରଖନ୍ତୁ ଆପଣଙ୍କ ପ୍ରିୟଜନଙ୍କ ଜୀବନରେ ଘଟିଥିବା ଏହି ସୁଘଟଣର ବର୍ଣ୍ଣନା ଗୋଟିଏ ଦିନରେ ଶେଷ ନ କରି ଯେତେ ବେଶି ଆଲୋଚନା କରିବେ, ସେତେ ଭଲ ।

●

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର

ଶୈଶବ ପର୍ବ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ଶିଶୁର ଜନ୍ମ ବିକାଶର ଆଦ୍ୟବିନ୍ଦୁ ନୁହେଁ, ଜରାୟୁରେ ଥିବା ଅବସ୍ଥାରେ ଜନନୀର ବହୁ ବ୍ୟବହାର ଏବଂ ଆଭ୍ୟନ୍ତରୀଣ ପରିବେଶ ଶିଶୁ-ବିକାଶକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରିଥାଏ । ସୂଚନା ପ୍ରଯୁକ୍ତିବିଦ୍ୟାର ବହୁଳ ପ୍ରସାର ଫଳରେ ଅତୀତର ବହୁ ରହସ୍ୟାବୃତ ତଥ୍ୟ ଏବେ ଲୋକ-ଲୋଚନକୁ ଆସୁଛି । ଜନ୍ମରୁ ଦୁଇବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ଶିଶୁର ବିକାଶ କିପରି ରୂପରେଖ ଗ୍ରହଣ କରେ, ତାହାର ବିଜ୍ଞାନ-ଭିତ୍ତିକ ରୂପାୟନ ପୁସ୍ତକଟିର ମୁଖ୍ୟ ଆଭିମୁଖ୍ୟ ।

ପ୍ରକାଶକ

ଅଗ୍ରଦୂତ

ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ	୭୫ ଟଙ୍କା
ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା	୧୪୪
ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ	୨୦୦୨

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର

ବାଲ୍ୟ ପର୍ବ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ଶିଶୁ ବିକାଶର ବାଲ୍ୟପର୍ବରେ ଦୁଇଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟ ରହିଛି । ପ୍ରଥମ ପର୍ଯ୍ୟାୟଟି ହେଉଛି ଦୁଇବର୍ଷରୁ ପାଞ୍ଚବର୍ଷ ମଧ୍ୟରେ ସଂଘଟିତ ପ୍ରାକ୍-ବିଦ୍ୟାଳୟସ୍ତର ଏବଂ ଦ୍ୱିତୀୟ ପର୍ଯ୍ୟାୟଟି ହେଉଛି ଛ'ବର୍ଷରୁ ଏଗାର ବର୍ଷ ବୟସ ସୀମାରେ ଆଦ୍ୟ-ବିଦ୍ୟାଳୟ ସ୍ତର ।

ପ୍ରତ୍ୟେକଟି ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ଶାରୀରିକ ବିକାଶ, ମାନସିକ ବିକାଶକୁ ପ୍ରଭାବିତ କରେ କିପରି ? ମସ୍ତିଷ୍କର କେଉଁସବୁ ପରିବର୍ତ୍ତନ ବିକାଶର ଗତିପଥକୁ ବଦଳାଇ ଦିଏ ? ବୁଦ୍ଧି ଓ ଭାବନାର ବିକାଶ କେଉଁସବୁ ନୀତି ଦ୍ୱାରା ନିର୍ଦ୍ଧାରିତ ? ଭାବ ଓ ଆବେଗର ବିକାଶ ହୁଏ କିପରି ?

ଏହିସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ସାବଲୀଳ ବିଜ୍ଞାନ-ଭିତ୍ତିକ ଉତ୍ତର ବହନ କରିଛି ପୁସ୍ତକଟି । ଶିଶୁବିକାଶ କ୍ଷେତ୍ରରେ ଅପୂର୍ବ ମାର୍ଗଦର୍ଶନର ଭଣ୍ଡାର ।

ପ୍ରକାଶକ

ଅଗ୍ରଦୂତ, ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ ୧୫୦ ଟଙ୍କା

ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା ୩୪୩

ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୦୯

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର

କୈଶୋର ପର୍ବ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

କିଶୋର ସମୟର (ପ୍ରାୟ ବାର ବର୍ଷରୁ ଅଠର ବର୍ଷ ବୟସ) ଜଟିଳତା ସହିତ ସମସ୍ତେ ପରିଚିତ । ଏ ସମୟରେ ମାନସିକ ଦ୍ୱନ୍ଦ୍ୱ ଏକ ତୀବ୍ର ରୂପ ନିଏ । କିଶୋର କିଶୋରୀମାନେ କାହାକୁ ଅନୁସରଣ କରିବେ, ସେ ବିଷୟରେ ନିଷ୍ପତ୍ତି ନେଇପାରନ୍ତି ନାହିଁ । ପିତାମାତାଙ୍କୁ ଅନୁସରଣ କରିବା ଠିକ୍ ହେବ କି ? ନିର୍ଦ୍ଦିଷ୍ଟ ଶିକ୍ଷକ କିମ୍ବା ଶିକ୍ଷୟତ୍ରୀଙ୍କୁ ଅନୁକରଣ କରିବା ଉଚିତ ହେବ କି ? ବହୁ ପ୍ରଶ୍ନର ଘେର ମଧ୍ୟରେ ଅଣନିଃଶ୍ୱାସୀ ହୋଇପଡୁଥିବା କିଶୋର କିଶୋରୀ ଏବଂ ସେମାନଙ୍କ ପରିଚାଳନା ଦାୟିତ୍ୱରେ ଥିବା ବୟସ୍କମାନଙ୍କ ପାଇଁ ଯଥାର୍ଥ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ହେଉଥିବା ପୁସ୍ତକଟି ହେଉଛି କୈଶୋର ପର୍ବ । ଏହାର ସହାୟତା ନେଇ ସମାଧାନର ମାର୍ଗ ଖୋଜିନିଅନ୍ତୁ ।

ପ୍ରକାଶକ

ଅଗ୍ରଦୂତ, ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ ୧୫୦ ଟଙ୍କା

ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା ୨୫୪

ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୧୧

Digitized by srujanika@gmail.com

ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର

ଗୋଧୂଳି ପର୍ବ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ଜୀବନ ବିକାଶର ବିଳମ୍ବିତ ପର୍ଯ୍ୟାୟରେ ବାର୍ଦ୍ଧକ୍ୟର କଥା ଚିନ୍ତାକରି ଅନେକ ହୁଏତ ଭୟର ବଳୟରେ ବନ୍ଦୀ ହୋଇଯାଆନ୍ତି, କିନ୍ତୁ ଜୀବନର ଏ ଗୋଧୂଳି ପର୍ବରେ ଅନେକ ଶୋଭା ଅନେକ ସମୃଦ୍ଧିର ସମ୍ଭାବନା ଯେ ରହିଛି, ଏ କଥା ଅଳ୍ପଲୋକ ଜାଣନ୍ତି ।

ଜୀବନ ବିକାଶର ଏହି ସୋପାନରେ ପ୍ରକୃତ ସମ୍ବଳ କ'ଣ ? ସମନ୍ୱୟ ରକ୍ଷା କରିବାର କୌଶଳ ସବୁ କ'ଣ ? ସୁଖ ଓ ଆନନ୍ଦର ମାର୍ଗ କ'ଣ ?

ଏସବୁ ପ୍ରଶ୍ନର ସମାଧାନ ବହନ କରୁଛି "ଗୋଧୂଳି ପର୍ବ" ପୁସ୍ତକଟି । ଗୋଧୂଳି ସମୟର ପୂର୍ବରୁ ଏହା ସହିତ ପରିଚିତି ବିଜ୍ଞତାର ପରିଚାୟକ ।

ପ୍ରକାଶକ

ଅଗ୍ରଦୂତ, ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ : ୧୦୦ ଟଙ୍କା

ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : ୧୯୪

ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୦୬

ଆତ୍ମବିକାଶର ବିଜ୍ଞାନ ବାର୍ତ୍ତା

ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ନେତୃତ୍ୱ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ଆତ୍ମବିକାଶର ଆକାଂକ୍ଷା ସମସ୍ତଙ୍କ ମନରେ ଜୀବନ୍ତ, ମାତ୍ର ଶକ୍ତିଶାଳୀ ନୁହେଁ । ଏପରି ଆକାଂକ୍ଷାକୁ ଶକ୍ତିଶାଳୀ କରିବାକୁ ହେଲେ ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ନେତୃତ୍ୱର ଅନ୍ତରାଳରେ ଥିବା ବୈଜ୍ଞାନିକ ତଥ୍ୟକୁ ହୃଦୟଙ୍ଗମ କରିବାକୁ ହେବ । ଏ ଦିଗରେ ସହାୟତା କରିବା ପାଇଁ **'ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ନେତୃତ୍ୱ'** ପୁସ୍ତକରେ ଭରପୂର ଉପାଦାନ ରହିଛି । ପ୍ରକୃତ ମାର୍ଗଦର୍ଶନ ପାଇଁ ଏହା ଯେପରି ସହାୟକ, ଅନୁଭବର ସିଦ୍ଧତା ପାଇଁ ଏହା ସେପରି ନିର୍ଦ୍ଧାରକ ।

ପ୍ରକାଶକ

ଅଗ୍ରଦୂତ

ବାଙ୍କାବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ : ୭୫ ଟଙ୍କା

ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : ୧୬୮

ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୦୪

Digitized by srujanika@gmail.com

ମଣିଷ ମନର ଅନନ୍ୟତାର ସ୍ତବକ

ସଚିତ୍ର ମନ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ମଣିଷ ମନର ବ୍ୟାପ୍ତି ଓ ଗଭୀରତା ଅକଳନୀୟ । କଳା, ସାହିତ୍ୟ, ସଙ୍ଗୀତ, ଶିଳ୍ପ ଓ ବିଜ୍ଞାନରେ ମନର ବିବିଧତା ପ୍ରକଟିତ । ଏହି ପରିବ୍ୟାପ୍ତ ପ୍ରକାଶର ଧାରାକୁ ଚିତ୍ରଣ କରିବା ପାଇଁ 'ସଚିତ୍ର ମନ'ର ପରିକଳ୍ପନା କରାଯାଇଛି ।

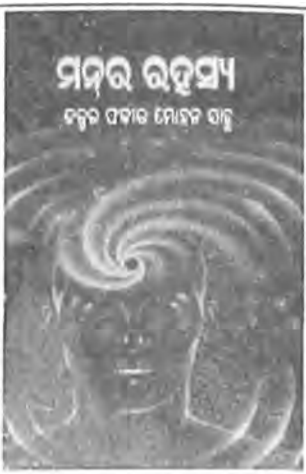
ଏଥିରେ ସ୍ଥାନିତ ପ୍ରବନ୍ଧ ମଧ୍ୟରେ ସୃଜନଶୀଳତା ସମ୍ପର୍କରେ କେତୋଟି ପ୍ରବନ୍ଧ ଆକର୍ଷଣର ଏକ ସୁନ୍ଦର ପସରା । କୃତ୍ରିମ ବୁଦ୍ଧି, ବୁଦ୍ଧି ଅଙ୍କ, ଭାବ ଅଙ୍କ ଏବଂ ଅଧ୍ୟାତ୍ମ ଅଂକ ପରି ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ପ୍ରବନ୍ଧର ସମାରୋହ ଆମ ଚେତନାର ସୀମାରେଖାକୁ ପ୍ରସାରିତ କରେ ।

ପ୍ରକାଶକ

ମିତା ବୁକ୍ସ

ବାଙ୍କବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ : ୧୦୦ ଟଙ୍କା
ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : ୧୭୬
ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୦୭



ମାନସିକ ବୈଚିତ୍ର୍ୟର ମନୋଜ୍ଞ ଚିତ୍ରପଟ

ମନର ରହସ୍ୟ

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ

ମଣିଷ ମନର ବୈଚିତ୍ର୍ୟକୁ ଯଥାଯଥ ଭାବରେ ପରିଚିତ କରିବାର ପ୍ରୟାସ କରାଯାଇଛି । ବୌଦ୍ଧିକ ବିକାଶର ମୂଳମନ୍ତ୍ର, ଭାବଗତ ସାମର୍ଥ୍ୟର ମଞ୍ଜିକଥା, ସକରାତ୍ମକ ମନୋବୃତ୍ତି ଗଠନର ଉପାୟ ଏବଂ ଉପଯୁକ୍ତ ନେତୃତ୍ୱ-ଶୈଳୀର ସାରମର୍ମ ଏଥିରେ ଅନ୍ତର୍ଭୁକ୍ତ । ଜୀବନ ପରିଚାଳନାର ସୂତ୍ରାବଳୀ ଏଠାରେ ଉପଲବ୍ଧ ହେବ ।

ପ୍ରକାଶକ

ମିତା ବୁକ୍ସ

ବାଙ୍କବଜାର, କଟକ-୨

ମୂଲ୍ୟ : ୭୫ ଟଙ୍କା
ପୃଷ୍ଠା ସଂଖ୍ୟା : ୧୩୬
ପ୍ରଥମ ପ୍ରକାଶ : ୨୦୧୨

Digitized by srujanika@gmail.com

ଲେଖକଙ୍କ ରଚନା

ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ସାହିତ୍ୟ

- ବିଚିତ୍ର ମନ
- ମାନସିକ ବିକୃତି
- ଜୀବନ ପ୍ରବାହରେ ମାନସିକ ବିକୃତି
- ଆଧୁନିକ ଜୀବନରେ ମାନସିକ ଚାପ
- ମନର ମାନଚିତ୍ର
- ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର ଶୈଶବ ପର୍ବ
- ବ୍ୟକ୍ତିତ୍ୱ ଓ ନେତୃତ୍ୱ
- ସୃଜନଶୀଳତା ଓ ଅନ୍ୟାନ୍ୟ ମନୋବୈଜ୍ଞାନିକ ସମ୍ଭାର
- ଶିଶୁମନର ବିଜ୍ଞାନ

ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ରଚନା

- ଶ୍ରୀ ସାଇସତ୍‌ଚରିତ ଗାଥା
- ଶିରିଡ଼ିର ସାଇବାବା
- ଶିରିଡ଼ିରୁ ପୁଟପର୍ତ୍ତି (ଅନୁବାଦ)
- ଦିବ୍ୟ ସମ୍ଭାଷଣ: ଚତୁର୍ଥଭାଗ (ଶ୍ରୀ ସତ୍ୟସାଇ ବାବାଙ୍କ ସମ୍ଭାଷଣର ଅନୁବାଦ)
- ଦିବ୍ୟ ସମ୍ଭାଷଣ: ପଞ୍ଚମ ଭାଗ (ଶ୍ରୀ ସତ୍ୟସାଇ ବାବାଙ୍କ ସମ୍ଭାଷଣର ଅନୁବାଦ)

ପ୍ରକାଶ ଅପେକ୍ଷାରେ

- ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ବିକାଶର ବାଲ୍ୟ ପର୍ବ

Digitized by srujanika@gmail.com

ଡକ୍ଟର ଫକୀର ମୋହନ ସାହୁ ବର୍ତ୍ତମାନ ଉତ୍କଳ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟର ମନୋବିଜ୍ଞାନ ବିଭାଗ (ଅଗ୍ରଶିକ୍ଷା କେନ୍ଦ୍ର)ର ପ୍ରଫେସର ଓ ବିଭାଗୀୟ ମୁଖ୍ୟ । ସେ ରାଜ୍ୟଗୋଷ୍ଠୀ ବୃତ୍ତି ଲାଭକରି କାନାଡାର କୁଇନ୍ସ ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରୁ ତାଙ୍କର ପି.ଏଚ୍.ଡି.ଡିଗ୍ରୀ ହାସଲ କରିଥିଲେ ଏବଂ ପରେ ଏହି ବିଶ୍ୱବିଦ୍ୟାଳୟରେ କିଛି କାଳ ପାଇଁ ପରିଦର୍ଶକ ପ୍ରଫେସର ରୂପେ ଯୋଗ ଦେଇଥିଲେ । ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଗବେଷଣା ସମ୍ପର୍କୀୟ ତାଙ୍କର ବହୁ ପୁସ୍ତକ ଓ ନିବନ୍ଧମାନ ଦେଶ ବିଦେଶରେ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । କାନାଡାରେ ଅଧ୍ୟୟନ ବ୍ୟତୀତ ସେ ବିଭିନ୍ନ ଆନ୍ତର୍ଜାତିକ ସମ୍ମିଳନୀରେ ଯୋଗଦେବାପାଇଁ ଯୁକ୍ତରାଷ୍ଟ୍ର ଆମେରିକା, ଇଂଲଣ୍ଡ, ଫ୍ରାନ୍ସ, ଜର୍ମାନୀ, ବେଲଜିୟମ, ହଲାଣ୍ଡ, ସ୍ପେନ, ଜାପାନ ଓ ତୁର୍କୀ ଇତ୍ୟାଦି ଦେଶ ଭ୍ରମଣ କରିଛନ୍ତି । ଓଡ଼ିଶାର ବିଭିନ୍ନ ପତ୍ରପତ୍ରିକାରେ ତାଙ୍କର ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଲେଖାମାନ ପ୍ରକାଶ ପାଇଛି । ସମ୍ଭ୍ରାନ୍ତ ସାହିତ୍ୟ ପତ୍ରିକା 'ସହକାର' ଓ 'ଜୀବନରଙ୍ଗ' ତାଙ୍କୁ ତାଙ୍କର ଲେଖାପାଇଁ ସମ୍ମାନିତ କରିଛନ୍ତି । ମନସ୍ତାତ୍ତ୍ୱିକ ଲେଖା ବ୍ୟତୀତ ଆଧ୍ୟାତ୍ମିକ ଭାବ ସମ୍ପନ୍ନ ଲେଖା ଓ ପୁସ୍ତକ ମଧ୍ୟ ସେ ରଚନା କରିଛନ୍ତି । ପ୍ରାବନ୍ଧିକ ରୂପେ ଓଡ଼ିଆ ପାଠକ ମହଲରେ ସେ ବେଶ୍ ସୁପରିଚିତ ।

Digitized by srujanika@gmail.com